DOCUMENT RESUME

ED 470 212 PS 030 804

TITLE	Como ayudar a su hijo durante la edad preescolar, con actividades para los ninos desde el nacimiento hasta los 5 anos (Helping Your Preschool Child, with Activities for Children from Infancy through Age 5).
INSTITUTION	Department of Education, Washington, DC. Office of Intergovernmental and Interagency Affairs.
PUB DATE	2002-00-00
NOTE	73p.; For English version, see ED 468 150. Originally written by Nancy Paulu, with updates to this edition by Fran Lehr and Jean Osborn.
AVAILABLE FROM	ED Pubs, P.O. Box 1398, Jessup, MD 20794-1398. Tel: 877-433-7827 (Toll Free); Tel: 800-872-5327 (Toll Free); Fax: 301-470-1244; e-mail: edpubs@inet.ed.gov; Web site: http://www.ed.gov/pubs/edpubs.html. For full text: http://www.nochildleftbehind.gov.
PUB TYPE	Guides - Non-Classroom (055)
LANGUAGE	Spanish
EDRS PRICE	EDRS Price MF01/PC03 Plus Postage.
DESCRIPTORS	Child Caregivers; Cognitive Development; *Infants; *Learning Activities; Multilingual Materials; Parent Role; *Preschool Children; Preschool Education; School Readiness; Television Viewing; *Toddlers
IDENTIFIERS	Day Care Selection

ABSTRACT

The first 5 yeas of a child's life are a time of tremendous physical, emotional, social, and cognitive growth. Noting that research shows that children are more likely to succeed in learning when their families actively support them, this Spanish-language booklet is intended for families and caregivers who want to help their preschool children learn and develop the skills necessary for success in school and in life. The major portion of the booklet contains simple activities for use with children. Activities for infants include developing trust. For toddlers, activities include playing with puppets and using objects as musical instruments. For preschoolers, activities include getting along, rhymes, and matching sounds and letters. The booklet also offers suggestions for improving the transition to kindergarten, monitoring children's television viewing, and choosing child care. The booklet concludes with a 21-item bibliography and a "ready-for-school" checklist. (HTH)

Reproductions supplied by EDRS are the best that can be made
from the original document.

U.S. DEPARTMENT OF EDUCATION
Office of Educational Research and Improvement
EDUCATIONAL RESOURCES INFORMATION CENTER (ERIC)
☑ This document has been reproduced as received from the person or organization originating it.
☐ Minor changes have been made to improve reproduction quality.
• Points of view or opinions stated in this document do not necessarily represent official OERI position or policy.

ED 470 212

Cómo ayudar a su hijo

PS 030804

durante la edad preescolar

BEST COPY AVAILABLE

No Chil
LEFT BEHI

Departamento de Educación de los Estados Unidos
Rod Paige
Secretario

Oficina de Asuntos Intergubernamentales e Interagencia
Laurie M. Rich
Subsecretaria

John McGrath
Director Superior para Servicios Comunitarios y Asociaciones

Primera impresión en enero del 2000.
Segunda edición en 2002.

Este folleto es propiedad pública. Se autoriza hacer copias del folleto entero o en parte con propósitos educativos. Aunque no es necesario pedir autorización para hacer uso de esta publicación, debe citarse como autor:

Departamento de Educación de los Estados Unidos
Oficina de Asuntos Intergubernamentales
e Interagencia
Cómo ayudar a su hijo durante la edad preescolar
Washington, D.C., 20202

Para ordenar copias de este folleto en inglés o en español, favor de **escribir a:**

Ed Pubs
Education Publications Center/*Centro de Publicaciones Educativas*
U.S. Department of Education
P.O. Box 1398
Jessup, MD 20794-1398

O haga su pedido por **fax**, al **(301) 470-1244**

También puede pedirlo mandando un **correo electrónico** a: edpubs@inet.ed.gov

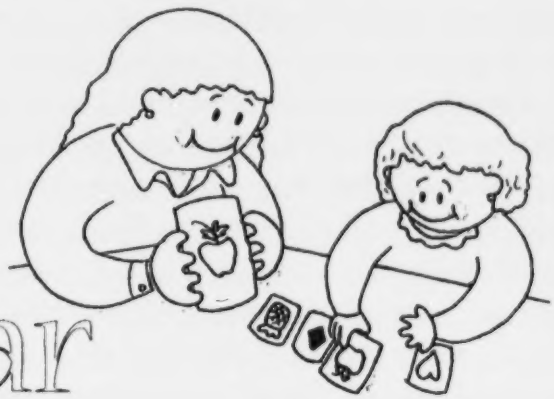
O **llame** por teléfono gratis al 1-877-433-7827 (1-877-4ED-PUBS). Si no puede marcar números con el prefijo 877 desde su área, llame al 1-800-872-5327 (1-800-USA-LEARN). Las personas que utilizan un aparato de telecomunicaciones para los sordos (TDD) o una máquina de teletipo (TTY), pueden llamar al 1-800-437-0833.

Haga su pedido por el **Internet** a la dirección: www.ed.gov/pubs/edpubs.html.

Esta publicación también está disponible en el sitio del Internet del Departamento, dirección, www.nochildleftbehind.gov

Esta publicación también está disponible en varios otros formatos, tales como el Braille, ediciones con letra grande, en audiocasete, o en disco de computadora. Para obtener mayor información, favor de ponerse en contacto con el Centro de Formatos Alternativos del Departamento llamando al número (202) 260-9895 o al (202) 205-8113.

Los libros y las revistas infantiles que mencionamos en este folleto como ejemplos son sólo algunos de los libros disponibles que son apropiados para los niños. Otros materiales mencionados se ofrecen como recursos y ejemplos para uso del lector. La lista de materiales y recursos incluidos en este folleto no debe interpretarse como una sanción oficial de parte del Departamento de ninguna organización privada o empresa mencionada en este folleto.



Cómo ayudar a su hijo durante la edad preescolar

Con actividades para los niños
desde el nacimiento hasta los 5 años

Departamento de Educación de los Estados Unidos
Oficina de Asuntos Intergubernamentales e Interagencia

Prólogo

Los primeros cinco años en la vida de un niño son una etapa dramática de desarrollo físico, emocional, social y cognoscitivo. Los niños llegan al mundo con muchas necesidades para poder crecer: amor, nutrición, seguridad social y emotiva, y estimulación de las destrezas importantes que los prepararán para el éxito escolar. Los niños también llegan al mundo con una gran capacidad para aprender.

Las investigaciones científicas demuestran claramente que los niños son mucho más aptos a tener éxito en el aprendizaje cuando sus familias los apoyan activamente. Las familias que involucran a sus niños en las actividades que les permiten hablar, explorar, experimentar y soñar, les demuestran que el aprendizaje no es sólo placentero sino también importante. Estas familias motivan a sus hijos a disfrutar el aprendizaje y a querer aprender más. Los preparan para tener éxito en la escuela y en la vida.

Existe una fuerte relación entre el desarrollo que un niño logra temprano en su vida y el nivel de éxito que tendrá más tarde en la vida. Cuando a los niños pequeños se les ofrece un ambiente rico en lenguaje e interacciones literarias, lleno de oportunidades para escuchar y hacer uso constante del lenguaje, ellos comienzan a adquirir los fundamentos esenciales para poder aprender a leer. Un niño que entra a la escuela sin estas destrezas corre el grave riesgo de comenzar atrasado y de seguirse atrasando en su aprendizaje.

El Presidente Bush cree que todos los niños deben comenzar la escuela con las mismas oportunidades para tener éxito en la escuela para que así ningún niño se quede atrás. Con ese fin, el Presidente aprobó la ley educativa *Que ningún niño se quede atrás*, la cual propone reformas que expresan su confianza en nuestras escuelas públicas y su misión para edificar las mentes y el carácter de todos los niños, sin importar su origen, en todos los rincones de los Estados Unidos. Mientras que la ley *Que ningún niño se quede atrás* es importante pues asegura que las escuelas públicas se dediquen a enseñarles a los niños lo que deben saber para tener éxito en la vida, también señala la importancia de preparar bien a los niños antes de que entren a la escuela. Usted y su familia pueden ayudar a crear este importante fundamento al hablar, escuchar, y preparar a su niño todos los días y al demostrarle que usted valora el aprendizaje y la educación.

Este folleto incluye actividades para las familias con niños desde el nacimiento hasta los cinco años de edad. La mayoría de las actividades usan como base de una experiencia educativa las rutinas cotidianas en que usted y sus niños participan. La mayoría utiliza materiales caseros o que se pueden obtener gratis en su biblioteca pública local. Las actividades están diseñadas para que se diviertan usted y sus niños mientras que ellos aprenden las destrezas necesarias para prepararse para la escuela. ¡Que las disfruten!

Índice

Introducción v

Listos para aprender 1

Actividades 11

- Bebés 13
  - Cómo desarrollar la confianza 14
  - ¡Tócalo y míralo! 16
  - Balbuceo infantil 17
- Niñez temprana 18
  - Vamos de compras 21
  - Magia con títeres 22
  - Muévete 24
  - Yo también soy músico 25
  - Juegos con masa 27
  - ¡Léeme un cuento! 28
- Edad preescolar 32
  - Cómo relacionarse bien con otros 35
  - Los quehaceres domésticos 36
  - Garabatos, dibujos, pinturas y pegamento 38
  - Letras por todos lados 40
  - ¡A rimar! 41
  - Dime el sonido 43
  - Junta los sonidos con las letras 44
  - Mi libro 45
  - Matemáticas en acción 46

¿Listos para el kindergarten? 49

Cómo tomar el control de su televisor 52

Cómo escoger una buena guardería 55

Bibliografía 58

Reconocimientos 61

Lista de control para alistarse para la escuela 62

BEST COPY AVAILABLE

"La edad entre el nacimiento y los 5 años son el cimiento sobre el cual se pueden construir vidas exitosas."

—Laura Bush

7

Introducción

Los investigadores científicos que estudian cómo funciona el cerebro han demostrado que los niños aprenden mucho más temprano—y mucho más—de lo que antes pensábamos fuera posible. Desde el nacimiento hasta los 5 años de edad, los niños desarrollan las destrezas del lenguaje, el razonamiento, las aptitudes emocionales y sociales que van a necesitar por el resto de sus vidas.

Este folleto es para las familias y los guardianes que desean ayudar a sus niños en edad preescolar para aprender y desarrollar las destrezas necesarias para tener éxito en la escuela y en la vida.

Este folleto comienza con información que le ayudará a preparar a su niño para el aprendizaje y alistarse para comenzar la escuela. La mayor parte del folleto contiene actividades sencillas que usted puede hacer con su niño. Estas actividades son sólo un comienzo. Esperamos que usted y su niño las disfrute lo suficiente para crear y descubrir muchas más por su propia cuenta.

Adicionalmente, este folleto le ofrece sugerencias para controlar lo que su niño mira por el televisor y ayudarle a escoger buenos programas de televisión y videos, así como sugerencias para escoger buenos servicios de guardería. También le proporcionamos una lista de control para guiarlo al preparar a su niño para el kindergarten.

Como padre, usted puede ayudar como nadie más a que su niño *quiera* aprender. Ese deseo de aprender es esencial para el éxito de su niño más tarde en la vida. ¡Es muy importante que lo disfrute! Por lo tanto, si usted y su niño no disfrutan alguna de las actividades, sigan con otra. Pueden completar la primera actividad más adelante.

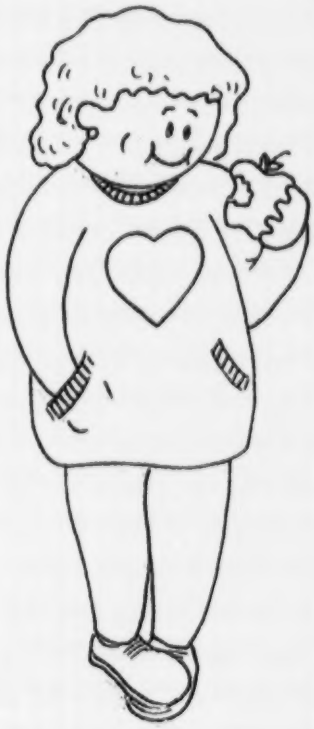
BEST COPY AVAILABLE

Listos para aprender

Los niveles de aprendizaje, desarrollo y éxito escolar de los niños dependen de varios factores, como la salud del niño y su bienestar físico, su preparación social y emocional, y sus destrezas de lenguaje, así como su conocimiento general sobre el mundo.

Salud y bienestar físico

Al asegurar que su niño tenga alimentos nutritivos, ejercicio y cuidado médico regular, usted le da un buen comienzo en la vida y minimiza las posibilidades de desarrollar problemas de salud serios o de aprendizaje más tarde en la vida.



Alimentos

Los niños necesitan una buena dieta. Después de que su niño nace, él* requiere alimentos nutritivos para mantenerse sano. Los niños de edad escolar se pueden concentrar mejor en clase si comen alimentos balanceados que incluyen panes y cereales; frutas y vegetales; carne, aves, pescado y sustitutos de la carne (tales como los huevos, frijoles, y chícharos); así como leche, queso y yogur. Asegúrese que su niño no coma demasiadas grasas y alimentos dulces.

Los niños entre las edades de 2 a 5 años generalmente pueden comer los mismos alimentos que los adultos, pero en porciones más pequeñas. Su pediatra o asesor médico le puede dar buenos consejos sobre qué alimentos darle a su bebé o niño menor de 2 años.

BEST COPY AVAILABLE

* **Nota:** En este folleto usamos el género masculino y femenino intercambiablemente, usando en veces "niño" y a veces "niña." Nuestra intención es de simplificar el lenguaje. Queda entendido, sin embargo, que todas nuestras recomendaciones sobre la lectura se aplican de igual manera a las niñas y a los niños.

Si usted necesita obtener alimentos para su niño, existen programas federales, estatales y locales que le pueden ayudar. Por ejemplo, el programa de nutrición federal, llamado el Special Supplemental Food Program for Women Infants and Children (el Programa Especial de Alimentos Suplementales para Mujeres y Niños, conocido como WIC por su sigla en inglés), distribuye alimentos a las mujeres de bajos ingresos y sus niños en todo el país. También hay programas de estampillas para obtener alimentos (*food stamps*). Si usted desea obtener información o quiere determinar si puede obtener estampillas, llame o visite su departamento estatal de salud. El personal de su biblioteca local le puede ayudar a localizar los nombres, las direcciones y teléfonos de estas agencias.

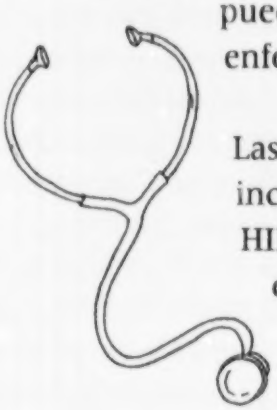
Ejercicio

Los niños necesitan hacer ejercicio. Para aprender a controlar y coordinar los músculos mayores en los brazos y las piernas, su niño necesita tirar y coger pelotas, correr, saltar y bailar. Para aprender a controlar y coordinar los músculos más pequeños en las manos y los dedos, su niño necesita colorear con crayones, armar rompecabezas, utilizar tijeras infantiles—sin puntas filosas—cerrar la cremallera de su chaqueta, y poder agarrar objetos pequeños como moneditas.

Si usted sospecha que su niño sufre de alguna discapacidad, visite a su doctor tan pronto como sea posible. La intervención temprana puede ayudar a que su niño se desarrolle bien y alcance su potencial físico y mental.

Cuidado médico

Los niños necesitan exámenes médicos regulares, vacunas, y cuidado dental. Es muy importante que usted busque un doctor o una clínica donde su niño pueda recibir atención médica rutinaria o cuidado especial si se enferma o se lastima.



Las vacunas pueden prevenir un gran número de enfermedades, incluyendo sarampión, paperas, rubéola, difteria, tétano, tos ferina, HIB (*Haemophilus influenzae* tipo b), polio y tuberculosis. Estas enfermedades pueden dañar el desarrollo mental y físico de su niño. Hable con su doctor sobre los beneficios y los riesgos de las vacunas. *

Al cumplir los 3 años de edad a más tardar, su niño también debe comenzar a recibir exámenes dentales regulares.

Preparación social y emocional

Los niños comienzan la escuela con diferentes grados de madurez social y emocional. Estas cualidades toman tiempo y requieren de práctica para aprenderlas bien. Deles oportunidades para desarrollar las siguientes cualidades positivas:

- ⭐ Confianza en sí mismos: Los niños deben sentirse bien consigo mismos y creer que pueden tener éxito. Los niños que demuestran seguridad en sí mismos están más dispuestos a intentar cosas nuevas y seguir intentando si es que no logran éxito la primera vez.
- ⭐ Independencia: Los niños deben aprender a hacer las cosas por sí mismos.
- ⭐ Motivación: Los niños deben querer aprender.

BEST COPY AVAILABLE

* **Favor de notar:** Algunos padres y doctores no creen que las vacunas son importantes. Otras personas no las favorecen debido a sus normas religiosas o tradiciones culturales.

- ✯ Curiosidad: Los niños tienen una curiosidad natural la cual se debe cultivar para que puedan aprovechar al máximo las oportunidades para aprender lo que se les presenten.
- ✯ Persistencia: Los niños deben aprender a acabar lo que han comenzado.
- ✯ Cooperación: Los niños deben saber cómo llevarse bien con otros y aprender a compartir y tomar turnos.
- ✯ Autocontrol: Los niños deben aprender que hay buenas y malas maneras de expresar enojo. Deben comprender que algunas formas de comportarse, como pegar y morder, no son aceptables.
- ✯ Empatía: Los niños deben expresar un interés por otras personas y comprender cómo se sienten.

Estas son algunas cosas que usted puede hacer para ayudarle a su niño a desarrollar éstas cualidades.

- ✯ Demuéstrele al niño que usted lo quiere y que puede contar con usted. Los niños que se sienten queridos son más aptos a tener confianza en sí mismos. Su niño debe creer que, no importa qué suceda, alguien siempre estará a su lado. Dele a su bebé o pequeñito mucha atención, aliento, abrazos y tiempo para tomar una buena siesta todos los días.
- ✯ Ponga un buen ejemplo. Los niños imitan lo que ven a otros hacer y lo que escuchan a otros decir. Cuando usted hace ejercicio o se alimenta bien, es más probable que su niño lo hará también. Cuando usted trata a otras personas con respeto, es probable que su niño lo hará también. Si usted comparte sus cosas con otras personas, su niño aprenderá a ser considerado y a tomar los sentimientos de otras personas en cuenta.

- Ofrezca oportunidades para la repetición. Hay que practicar bastante para aprender a gatear, a pronunciar nuevas palabras, o a beber agua de una taza en vez de un biberón. Su niño no se aburre al repetir las cosas. De hecho, al repetir las cosas hasta que se las aprende, su niño refuerza la confianza que necesita para intentar cosas nuevas.
- Utilice la disciplina de manera apropiada. Todos los niños deben tener límites. Los niños cuyos padres les dan una disciplina firme pero cariñosa generalmente desarrollan mejores destrezas sociales y se desarrollan mejor en la escuela que aquellos niños cuyos padres no les dan suficientes límites o por el contrario les imponen reglas demasiado rígidas. Aquí les damos algunas ideas.
  - Dirija las actividades de su niño, pero no sea mandón. Ofrezca buenas razones cuando le pida a su niño que haga algo. Por ejemplo, puede decir, "Por favor levanta tu carrito de las escaleras para que nadie se tropiece con él" - no, "levántalo porque yo te digo que lo hagas."
  - Escuche a su niño para descubrir cómo se siente y si necesita apoyo especial.
  - Demuéstrele amor y respeto cuando se sienta enojado con su niño. Critique el comportamiento, no al niño. Por ejemplo, puede decir, "Te quiero mucho, pero no está bien que rayes la pared con tus crayones. Me enojo mucho cuando haces eso."
  - Ayúdele a escoger bien cómo resolver los problemas. Puede preguntarle al niño de 4 años, "¿qué podemos hacer para que tu hermanito deje de tumbar tus bloques de madera?"
  - Mantenga una actitud positiva y alentadora. Felicite a su niño cuando haga algo bien. Las sonrisas y los elogios rinden mucho más para moldear un buen comportamiento que los castigos duros.

Hablen sobre las cosas emocionantes que va a hacer en el kindergarten, los proyectos de arte, los cantitos, los juegos.

BEST COPY AVAILABLE

- Permita que su niño haga cosas por sí mismo. Los niños pequeños deben ser vigilados cuidadosamente. Sin embargo, también tienen que aprender a ser independientes y a desarrollar la confianza en sí mismos al desempeñar tareas cotidianas como vestirse solos y guardar sus juguetes. Es importante que usted permita que su niño aprenda a escoger qué decisiones va a tomar y no que usted decida todo por él.

- Aliente a su niño a jugar con otros niños y a sentirse cómodo entre adultos que no son familiares. Los niños de edad preescolar necesitan oportunidades sociales para aprender a considerar otros puntos de vista. Los niños pequeños tenderán a llevarse mejor con sus maestros y compañeros de clase si han tenido experiencia tratando con otros adultos y niños.

- Demuestre una actitud positiva hacia el aprendizaje y la escuela. Los niños llegan al mundo con una necesidad muy fuerte por descubrir y explorar. Si su niño va a mantener un nivel sano de curiosidad, usted debe fomentar su desarrollo. Al demostrar entusiasmo por lo que su niño hace ("¡Mira que bien dibujas!") le ayuda a sentirse orgulloso de sus logros.

Los niños también se emocionan por comenzar la escuela cuando sus padres expresan emoción al tomar este gran paso. A medida que su niño se prepare para entrar al kindergarten, háblele sobre la escuela. Hablen sobre las cosas emocionantes que va a hacer en el kindergarten, los proyectos de arte, los cantitos, los juegos. Demuestre entusiasmo al describir todas las cosas importantes que va a aprender de su maestra—cómo leer, cómo contar, y cómo medir y pesar las cosas.

BEST COPY AVAILABLE

Lenguaje y conocimiento general

Los niños pueden desarrollar destrezas del lenguaje solamente si han tenido oportunidades para hablar, escuchar y utilizar el lenguaje para resolver problemas y aprender acerca del mundo que los rodea.

Mucho antes de que su niño comience la escuela hay muchas cosas que usted puede hacer para ayudarle a desarrollar su lenguaje. Por ejemplo:

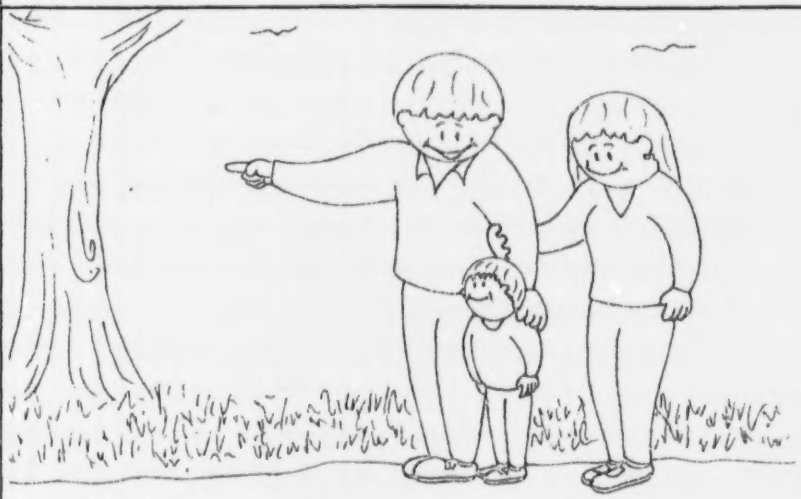
- Dele muchas oportunidades para jugar. Los niños aprenden al jugar. Esta es la forma más natural para que ellos exploren, desarrollen su creatividad, aprendan a inventarse y contar historias y para desarrollar sus capacidades sociales. El juego también les ayuda a aprender cómo se resuelven los problemas—por ejemplo, si se le vuelca el triciclo, el niño debe calcular cómo enderezarlo. Cuando juega con bloques de madera, los niños aprenden sobre los colores, los números, la geometría, las distintas formas y a balancear los bloques. Al jugar con otros niños, ellos aprenden cómo negociar.
- Apoye y guíe a su niño mientras aprende una nueva actividad. Los padres pueden ayudar a sus niños a aprender cómo hacer cosas nuevas al guiar sus esfuerzos e ir incrementando su conocimiento y destrezas gradualmente. Por ejemplo, cuando se sienten a armar un rompecabezas, señale una de las piezas y sugiera, "Yo creo que ésta es la pieza que necesitamos en este espacio. A ver, inténtalo..." Entonces el niño puede colocar la pieza en su lugar y acomodarla. Mientras que el niño adquiera más conciencia sobre cómo funciona un rompecabezas y cómo ajustar las piezas para que encajen bien, usted puede darle menos y menos sugerencias.

BEST COPY AVAILABLE

* Hable con su niño desde el día que nazca. Su bebé necesita escuchar su voz. Las voces del televisor o el radio no pueden reemplazar el sonido de las voces de sus padres, porque éstas no responden a sus balbuceos y sonidos. Su niño necesita saber que cuando hace un cierto sonido, por ejemplo, "mamamamamama," su mamá le va a responder—ella se sonreirá con él y le hablará. Entre más le hable a su bebé, más va a aprender y tendrá mucho más que decir cuando crezca.

Las actividades cotidianas proveen muchas oportunidades para hablar, a veces detalladamente, sobre qué está sucediendo a su alrededor. Por ejemplo, al darle su baño diario, usted puede decir, "A ver, vamos a ponerle el tapón a la tina de baño. Ahora vamos a abrir la llave del agua. ¿Quieres tu patito de goma? Me parece una buena idea. Mira, el patito es amarillo, igualito que el patito que vimos en "Plaza Sésamo." (Ver la sección "Balbuceo Infantil," página 17.)

* Escuche a su niño. Los niños tienen sus propios pensamientos y sentimientos especiales, sus propios gozos y penas, esperanzas y temores. Aliente a su niño a compartir sus pensamientos y sentimientos a medida que sus destrezas de lenguaje se desarrollen. El escuchar atentamente es la mejor manera para descubrir cómo le camina la mente y asesorar qué es lo que sabe o no sabe y cómo razona y aprende. Pero escucharlo le demuestra al niño que sus sentimientos y pensamientos tienen valor.



⭐ Hágale preguntas. Pregúntele cosas que requieran de una respuesta más complicada que un "sí" o un "no" sencillo. Si su niño se detiene durante una caminata a levantar hojas secas, puede señalarle cómo son iguales o distintas. Con un niño mayorcito, puede preguntarle, "¿qué más crece en los árboles?"

⭐ Responda a sus preguntas. Hacer preguntas es un buen método para que su niño aprenda a comparar y clasificar diferentes cosas—diferentes clases de perros, diferentes comidas y demás. Responda a las preguntas de su niño consideradamente, y tanto como sea posible, aliéntelo a contestar sus propias preguntas. Si usted no sabe la respuesta a una de sus preguntas, dígaselo. Juntos pueden buscar y descubrir la respuesta correcta.

⭐ Lea en voz alta todos los días. A los niños de todas las edades les encanta que les lean—hasta los bebés de sólo seis semanas. Aunque su niño no comprenda totalmente la historia o la poesía que usted le lee, leer juntos le da la oportunidad de aprender sobre el lenguaje y de disfrutar el sonido de su voz. Usted no tiene que ser un lector excelente para que su niño disfrute que le lea en voz alta. El simple hecho de relacionar la lectura con la experiencia cálida y cómoda de estar con usted puede infundirle un amor por la lectura que le durará toda la vida. (Vea "¡Léeme un Cuento!", página 28.)

Usted no tiene que ser un lector excelente para que su niño disfrute que le lea en voz alta.

BEST COPY AVAILABLE

- Tenga presente la cantidad de televisión que su niño ve. Hay programas de televisión muy buenos que pueden introducir nuevos horizontes y promover el aprendizaje, pero los malos programas o el uso excesivo de la televisión como entretenimiento puede resultar dañino. Usted es quien debe decidir cuanta televisión su niño puede ver y qué tipos de programas le va a permitir. (Vea "Cómo tomar el control de su televisor," página 52.)
- Sea realista sobre las habilidades e intereses de su niño. Fije normas altas y aliente a su niño a intentar cosas nuevas. Si no se les desafía a aprender cosas nuevas, los niños se aburren. Por otro lado, los niños que los empujan demasiado rápido o a quienes se les obliga a hacer cosas que no les interesan se frustran y se desaniman fácilmente.
- Ofrezca oportunidades para que su niño vea y haga cosas nuevas. Entre más variadas sean las experiencias de su niño, más va a querer aprender sobre el mundo. No importa dónde vivan, su comunidad puede ofrecer nuevas experiencias. Salgan a caminar en el vecindario o visiten nuevos lugares en el autobús. Visiten museos, bibliotecas, zoológicos y otros lugares de interés educativo.

Si ustedes viven en la ciudad, salgan a pasar un día en el campo. Si viven en una zona rural, vayan a visitar la ciudad. Permita que su niño escuche música, baile y pinte. Déjelo participar en actividades que le ayuden a desarrollar su imaginación y permítale expresar sus ideas y sentimientos. Las actividades que ofrecemos en la siguiente sección de este folleto le pueden otorgar estas oportunidades.

BEST COPY AVAILABLE

Si no se les desafía a aprender cosas nuevas, los niños se aburren. Por otro lado, los niños que los empujan demasiado rápido o a quienes se les obliga a hacer cosas que no les interesan se frustran y se desaniman fácilmente.

Actividades

Las actividades en esta sección están diseñadas para ayudarle a preparar a su niño para el aprendizaje y el buen desarrollo. La mayoría de estas actividades son muy sencillas y fácilmente se pueden incorporar a sus rutinas diarias. Al desarrollar las actividades, recuerde que la repetición es sumamente importante, particularmente para los niños más pequeños. Los niños disfrutan y aprenden al repetir la misma actividad una y otra vez.

Las actividades están organizadas según las siguientes etapas de desarrollo:

Bebés = Desde el nacimiento hasta cumplir el primer año
Niñez temprana = 1 a 3 años de edad
Edad preescolar = 3 a 5 años de edad

Tenga en mente que los niños no siempre aprenden al mismo paso. Y no dejan de hacer una cosa de repente sólo porque han crecido un poco. Utilice las etapas que sugerimos anteriormente sólo como una guía general mientras que su niño aprende y se desarrolla, y no como un reglamento estricto por seguir. Por ejemplo, puede haber una actividad que aparece en la sección para los niños de 1 a 3 años que funciona muy bien con un bebé. Por otro lado, la misma actividad puede no interesarle a otro niño hasta llegar a la edad preescolar.

Además, las actividades se pueden adaptar para cumplir mejor con las necesidades de los niños de distintas edades. La lectura en voz alta es un buen ejemplo. Leer en voz alta con su bebé consiste en enseñarle el libro y contarle el cuento sin poner demasiado énfasis en las palabras escritas en el libro. Con niños un poco más grandes, uno debe adherirse más al texto del cuento y pedirle al niño que identifique o nombre los dibujos que van con el texto. A medida que su niño desarrolle su lenguaje, puede cambiar un poco mientras

lee. Cuando su niño comience a reconocer letras y algunas palabras, usted puede señalarle las palabras que aparecen con frecuencia o que él ha aprendido a reconocer en otras lecturas.

Cada sección comienza con una lista de logros y comportamientos típicos de la edad correspondiente. Después aparece una lista de cosas que usted puede proveer para ayudarle a su niño a aprender y crecer. De nuevo, ya que cada niño aprende a su propio paso, debe considerar estas listas solamente como guías generales.

Al realizar las actividades, recuerde los siguientes puntos:

- ☆ Algunas de las actividades, a pesar de recomendarse para ciertas edades, son beneficiosas para los niños de todas las edades. Leer en voz alta, por ejemplo, es importante para los niños desde el día que nacen. Al modificar una actividad para su niño, usted le permite seguirla disfrutando a medida que él sigue creciendo y desarrollándose.
- ☆ Busque actividades que le interesan a su niño. Si usted selecciona una actividad que es demasiado difícil para él, su niño se puede desanimar. Si es demasiado fácil, se puede aburrir. Si su niño parece estar desinteresado en cierta actividad, inténtela más tarde. Frecuentemente los intereses de los niños cambian a medida que crecen. Trate de darle a escoger entre varias actividades para que aprenda a pensar por sí mismo.
- ☆ Se supone que las actividades deben ser divertidas. Al realizar una de las actividades con su niño, demuestre su entusiasmo y no dé sermones sobre lo que aprende y lo importante que es. Si su niño disfruta de la actividad, su entusiasmo por el aprendizaje seguirá aumentando.

Cuando su niño comience a reconocer letras y algunas palabras, usted puede señalarle las palabras que aparecen con frecuencia o que él ha aprendido a reconocer en otras lecturas.

BEST COPY AVAILABLE

Bebés

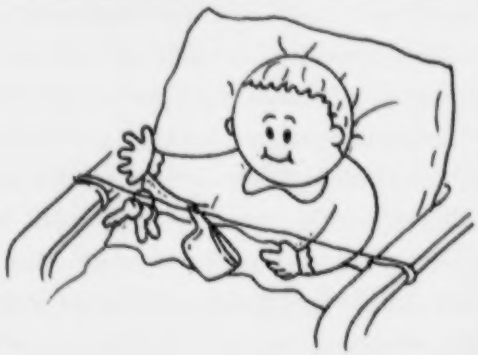
Desde el nacimiento hasta el primer año de edad

Qué puede anticipar

Los bebés crecen y cambian dramáticamente durante su primer año de vida. Los bebés comienzan a

- Desarrollar el control de sus propios cuerpos. Ellos aprenden a levantar la cabeza, voltearse, sentarse, gatear y, en algunos casos, caminar.
- Desarrollar conciencia de sí mismo como un ser aparte de otros. Ellos aprenden a verse las manos y los dedos de los pies y jugar con ellos. Aprenden a llorar cuando sus padres se alejan y a reconocer sus propios nombres.
- Jugar. Los bebés primeramente juegan con sus propias manos. Más tarde demuestran un interés en los juguetes, les gustan los juegos de "meter y sacar" objetos y eventualmente les gusta abrazar o cargar muñecas o peluches.
- Relacionarse con otras personas. Los bebés primeramente responden a los adultos más que a otros bebés. Un poco más tarde comienzan a fijarse en otros bebés, pero tienden a tratarlos como objetos, no como personas. Después comienzan a poner atención cuando los otros bebés hacen ruido.
- Comunicarse y desarrollar destrezas del lenguaje. Primero los bebés lloran y hacen ruidos con la garganta. Después comienzan a balbucear y decir "mama" y "papa." Más tarde producen una gran variedad de sonidos y comienzan a nombrar algunas personas y objetos muy conocidos. Entonces es cuando comienzan a disfrutar el sonido de las rimas y los juegos de palabras.

Los bebés primeramente responden a los adultos más que a otros bebés. Un poco más tarde comienzan a fijarse en otros bebés, pero tienden a tratarlos como objetos, no como personas.



Qué necesitan los bebés

Los bebés requieren de

* Padres o guardianes que respondan a sus llantos y sus balbuceos y que los mantengan seguros y cómodos
* Oportunidades para moverse y practicar nuevas destrezas físicas;
* Objetos para mirar, tumbar, agarrar, tirar, o palmear y examinar que no sean peligrosos;
* Áreas de juego seguras; y
* Muchas oportunidades para escuchar el lenguaje, para producir sonidos y que alguien les responda.

Cómo desarrollar la confianza

Para desarrollar la confianza, su bebé necesita sentir su cuerpo, escuchar su voz y disfrutar de la cercanía física con sus padres.

Los bebés necesitan desarrollar un lazo fuerte con una persona como mínimo quien les provee seguridad y amor. Este primer y fundamental lazo es el comienzo de toda relación humana.

Qué necesita

* Música

Qué hacer

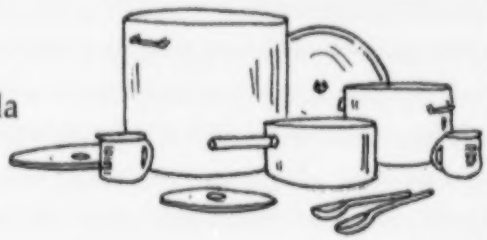
* Mueva las piernitas y los bracitos de su recién nacido con mucho cuidado. O hágale cosquillas en la barbilla o la barriguita. Cuando pueda controlar un poco la cabeza, acuéstese a su lado en el piso y coloque su cabecita en su pecho. Deje que le agarre la nariz o le jale el cabello. Háblele y nombre cada parte que le va tocando.

- Coloque a su bebé sobre su abdomen. Hay estudios científicos que han demostrado que este tipo de contacto físico produce *endorfinas*, unas sustancias químicas en el cerebro que hacen que su bebé sienta consuelo. Además este tipo de contacto fortalece los músculos abdominales y de la espalda que son esenciales mientras que su bebé aprende a gatear.
- Cante y abrace a su bebé. Acójalo en sus brazos o boca arriba en su regazo colocando su cabecita sobre sus rodillas. Asegúrese que la cabeza y la nuca de un recién nacido tenga suficiente apoyo. Cántele su canción de cuna favorita.
- Incorpore rituales en el día de su bebé. Por ejemplo, a la hora de dormir, cántele las mismas canciones de cuna todas las noches, arrullándolo o frotándole la barriguita.
- Levante a su bebé en brazos rápidamente cuando llore. Intente descubrir por qué llora. ¿Tiene hambre? ¿Se mojó el pañal? ¿Tiene calor? El llanto es la única manera que su bebé se puede comunicar con usted. Al consolarlo, usted le da el mensaje que el lenguaje tiene un propósito comunicativo y que hay alguien que quiere comprenderlo.
- Para entretener a su bebé, dígale una rima con acción. Por ejemplo: *"Los Maderos de San Juan,"* o *"La Hormiguita"*. Moviendo sus dedos a lo largo del brazo del niño, comenzando con la muñeca y terminando en el hombro, y haciéndole cosquillas debajo de la orejita, diga, *"Por aquí va una hormiguita, recogiendo su leñita, le cayó un aguacerito, y se escondió en su agujerito."* Si no se sabe canciones de cuna o rimas infantiles, ¡invéntese algunas!
- Baile con su bebé. Para consolarlo cuando está molesto, recline su cabecita en su hombro y arrúllelo suavemente o póngale música suave al caminar con él en brazos. Para entretenerlo cuando está de buen humor, cántele una canción alegre.

¡Tócalo y míralo!

Cuando están despiertos, los bebés trabajan duro, tratando de aprender todo sobre el mundo. Para poder aprender bien, ellos necesitan muchas cosas con que jugar e inspeccionar. Objetos que existen en la casa ofrecen muchas posibilidades.

Qué necesita



- Una cuchara de madera con una carita feliz dibujada
- Telas de distintas texturas, como terciopelo, algodón, pana, paño de toalla, satín, arpillera, o piel sintética.
- Un tubo de cartón del papel sanitario o toallas de papel
- Ollas, sartenes y tapaderas
- Una cartera vieja o una canasta con cosas para meter y sacar
- Tazas de medir y cucharas
- Cajas y recipientes de plástico
- Carretes grandes
- Matracas u otros objetos para hacer ruido (sonajas, llaves o una lata llena de frijoles)

Los bebés comienzan a comprender cómo funciona el mundo cuando pueden ver, tocar, cargar y sacudir las cosas. Al inspeccionar los objetos ellos aprenden a coordinar y fortalecer los músculos en sus manos.

Qué hacer

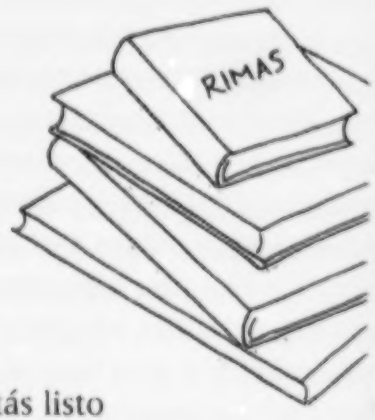
- Permita que su bebé vea, toque y escuche los sonidos de una gran variedad de objetos. Los objetos coloridos, de texturas interesantes o que hacen ruido son especialmente buenos.
- Ponga uno o dos de los objetos en una zona de juego donde su bebé los puede alcanzar fácilmente—más de dos quizás lo confundiría. (Muchos de los objetos serán de interés también para los niños más grandecitos. Por ejemplo, a los bebés les encanta inspeccionar el rollo de toallas de papel. Pero un niño de 4 años quizás quiera jugar con el mismo rollo como si fuera un micrófono, o un telescopio o un túnel para sus carritos.)

Balbuceo infantil

A los bebés les encanta escuchar las voces de sus seres queridos.

Qué necesita

No necesita materiales



Qué hacer

* Hable frecuentemente con su bebé. Responda a sus gorjeos y balbuceos. Repita los "ga – gas" que hace y sonríale. Dele el lenguaje de vez en cuando. Por ejemplo, cuando su bebé estire la mano hacia la botella y diga, "ga-ga-ga," dígale, "Ah, ¿ya estás listo para tomarte la leche? Aquí está la leche. Mmm, ¡mira que rica!"
* Diga o lea con su niño rimas infantiles y otros versos que tengan ritmos fuertes y patrones de sonidos repetidos. Cambie el tono de su voz, haga muecas y cante canciones de cuna. Jueguen al escondite y a las palmaditas.
* Jueguen con palabras o tocando al bebé. Pregunte, ¿dónde está la naricita?" Luego tóquele la nariz y diga juguetonamente, "¡Ya encontré la naricita!" Repita este juego varias veces y luego cambie a la orejita, la rodillita o la barriguita. Pare cuando usted o el bebé se canse del juego.

Desde un principio, los bebés tratan de imitar los sonidos que nos escuchan hacer. Ellos "leen" nuestros gestos y nuestros movimientos. Al hablar, cantar, sonreír y hacer gestos el bebé aprende a amar y aprende a utilizar el lenguaje.

- Cambie el juego tocándole la nariz o la oreja y repitiendo la palabra varias veces. Hágalo también con objetos. Cuando el bebé oiga el nombre de una cosa vez tras vez, va a comenzar a relacionar el sonido con su significado.
- Señale y nombre varios objetos conocidos. Al escuchar el nombre de cada objeto repetidamente, su bebé aprende a relacionar la palabra con su significado. Por ejemplo, puede decir, "Aquí está tu cobija. Esta es tu cobija favorita, ¡Qué linda cobija suavecita!"

Niñez temprana

De 1 a 3 años de edad

Qué puede anticipar

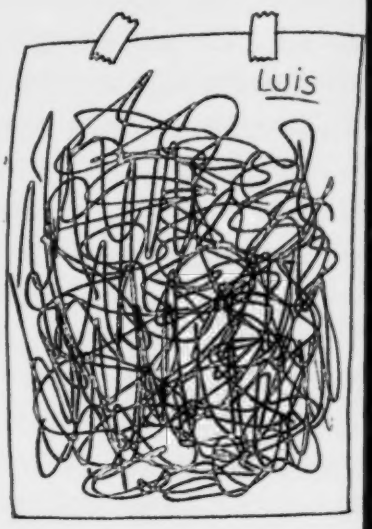
Entre el primer y el segundo cumpleaños, los niños

- Son enérgicos, activos y curiosos;
- Son un poco egoístas;
- Les gusta imitar los sonidos y las acciones de otras personas (por ejemplo, al repetir las palabras que sus padres y otras personas dicen y al fingir ayudar en los quehaceres domésticos con los adultos);
- Quieren ser independientes y hacer las cosas por sí mismos;
- Tienen una duración de atención muy corta si no están involucrados en una actividad que les interesa;
- Exploran variaciones con sus destrezas físicas (por ejemplo, intentando caminar hacia atrás);
- Comienzan a ver en qué son parecidos o diferentes que otros niños;

- ✯ Juegan solos o con otros niños;
- ✯ Incrementan sus vocabularios de 2 o 3 palabras a más o menos 250 y comprenden cada vez más lo que la gente les dice;
- ✯ Piden que sus padres y otras personas les lean en voz alta, pidiendo frecuentemente sus libros o cuentos favoritos; y
- ✯ Fingen leer y escribir de la manera que ven a sus padres y otras personas hacerlo.

Entre el segundo y el tercer cumpleaños, los niños

- ✯ Son más conscientes de otras personas;
- ✯ Son más conscientes de sus propios sentimientos y pensamientos;
- ✯ Suelen ser tercos y a veces hacen rabietas;
- ✯ Pueden caminar, correr, saltar, brincar, rodar y trepar;
- ✯ Incrementan su vocabulario de 250 a 1,000 palabras en el transcurso del año;
- ✯ Pueden hablar en oraciones cortas de 2, 3 o 4 palabras;
- ✯ Comienzan a escoger sus cuentos y libros favoritos para leer en voz alta;
- ✯ Comienzan a contar;
- ✯ Comienzan a prestar atención a la escritura, como las letras de sus nombres;
- ✯ Comienzan a distinguir entre los dibujos y la escritura; y
- ✯ Comienzan a hacer garabatos, marcando símbolos que parecen letras.



Qué necesitan los niños en esta edad

Los niños entre 1 y 2 años requieren de

- Oportunidades para tomar sus propias decisiones: "¿Quieres usar la taza roja o la azul?";
- Límites claros y razonables;
- Oportunidades para utilizar los músculos mayores en los brazos y las piernas;
- Oportunidades para utilizar los músculos menores para manipular objetos pequeños, tales como piezas de rompecabezas y juegos para amontonar;
- Actividades que les permitan tocar, probar, oler, escuchar y ver cosas nuevas;
- Oportunidades para aprender sobre las "causas y efectos"—las cosas que causan que otras cosas sucedan (por ejemplo, los bloques se caen cuando se apilan demasiado alto);
- Oportunidades para desarrollar y practicar sus destrezas de lenguaje;
- Oportunidades para jugar con y aprender sobre las letras del abecedario y los números; y
- Oportunidades para aprender sobre los libros y la escritura.

Los niños entre los 2 y 3 años requieren oportunidades para

- Desarrollar la dexteridad manual (por ejemplo, cómo agarrar los crayones y lápices, cómo armar un rompecabezas o hacer un collar de cuentas);
- Hacer más cosas por sí mismos, como vestirse solos;
- Hablar, cantar y desarrollar su lenguaje;
- Jugar con otros niños y desarrollar sus destrezas sociales;
- Experimentar con nuevas formas de mover sus cuerpos;
- Aprender más sobre la escritura y los libros y cómo funcionan;
- Hacer cosas que les ayuden a incrementar su vocabulario y su conocimiento, y que les ayuden a aprender más sobre el mundo; por ejemplo, salir a caminar y visitar bibliotecas, museos, restaurantes, parques y zoológicos.

Vamos de compras

Comprar víveres es sólo una de las rutinas diarias que usted puede utilizar para ayudarle a su niño a aprender. Las compras son especialmente útiles para enseñarle a su niño nuevas palabras y para que el niño descubra nuevas personas y lugares.

Qué necesita

- Una lista de compras

Qué hacer

- Escoja un momento en el cual ni usted ni su niño tengan hambre o esten cansados.
- En la tienda, coloque al niño en el carrito para que se siente frente a usted. Recorra la tienda despacio.
- Permita que el niño toque los objetos que van a comprar—un litro de leche fría, o la cáscara de una naranja. Háblele sobre cada objeto: "La cáscara de la naranja se siente áspera. Toma, tócala tú."
- Asegúrese de nombrar los objetos que ve en los estantes y hable sobre lo que están viendo y haciendo: "Primero vamos a comprar un cereal. Mira, es una caja grande con azul y rojo. Escucha el ruido que hace cuando agito la caja. ¿Puedes hacer el mismo ruido? Ahora vamos a pagar. Vamos a poner los alimentos en el mostrador mientras busco mi cartera. La cajera nos va a decir cuánto tenemos que pagar."
- Anime a su niño a practicar diciendo "hola" y "adiós" a las cajeras y a los otros clientes.
- Váyanse a casa antes de que el niño se canse y se ponga gruñón.

Los niños necesitan escuchar muchas palabras para aprender cómo comunicarse. Es particularmente útil cuando usted le habla sobre las cosas que están sucediendo en ese mismo momento.

29 BEST COPY AVAILABLE

Magia con títeres

Los niños se fascinan con los títeres. Ellos saben bien que los títeres no están vivos, sin embargo hablan con ellos y les hacen caso como si fueran una persona real.

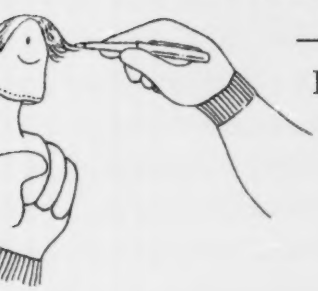
Qué necesita

- ☆ Un calcetín viejo, pero limpio
- ☆ Botones (deben ser de un diámetro mayor que una pulgada para evitar que se ahoguen con ellos)
- ☆ Hilo y aguja
- ☆ Tela roja
- ☆ Un guante viejo
- ☆ Lapiceros con punta de fieltro
- ☆ Pegamento
- ☆ Hilaza y listón

Qué hacer

☆ Para hacer los títeres:

—Títere de media: Utilice una media vieja y limpia. En la punta de la media, cósale los botones para hacer ojos y una nariz. Pegue o cosa un pedazo de la tela roja para hacer la boca. Póngale un listón en el cuello.



—Títeres para los dedos: Córtele los dedos a un guante viejo. Dibuje caritas en los dedos con los lapiceros. Pegue la hilaza para formar una cabellera.

BEST COPY AVAILABLE

⭑ Qué hacer con los títeres:

—Haga que el títere le hable a su niño: "Hola, Me llamo Tania. ¿Cómo te llamas? Margarita. Qué bonito nombre. ¡Qué bonita camiseta llevas puesta, Margarita! Me gusta el conejito que tienes dibujado en la camiseta." O haga que el títere le cante un cantito sencillo. Use una voz especial para el títere.

—Anime a su niño a contestarle al títere, respondiendo a sus preguntas y haciéndole preguntas a él.

—Póngale títeres para los dedos al niño para que practique moviendo los dedos uno a la vez.

—La próxima vez que quiera que su niño le ayude a limpiar su recámara, haga que el títere se lo pida: "Hola, Carlitos. Vamos a poner estos crayones en su caja, y luego vamos a recoger los juguetes y guardarlos en su lugar. ¿Me ayudas a buscar la pelota?"

Los títeres ofrecen otra oportunidad para que usted hable con el niño y lo aliente a hablar con usted. También ayudan a que su niño se aprenda palabras nuevas, use su imaginación y desarrolle su coordinación manual.

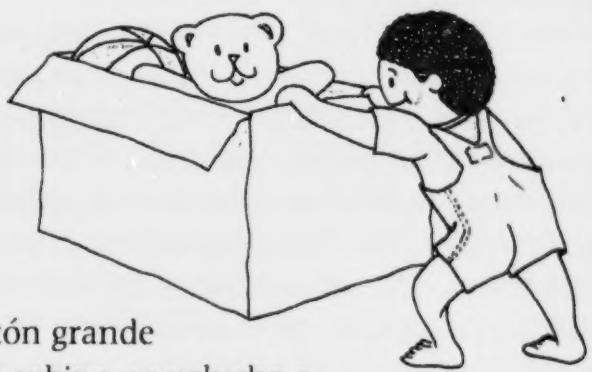
Muévete

A los niños pequeños les encanta explorar nuevos espacios y treparse sobre, a través y adentro de las cosas.

Qué necesita

* Un peluche
* Cajas de cartón
* Almohadas
* Una sábana grande
* Una pelota suave
* Una canasta de plástico para la lavandería
* Elástico
* Cascabeles

Qué hacer



* Salto con almohadas. Dele varias almohadas al niño para que se tire sobre ellas. (Los niños pequeños generalmente descubren cómo hacer esto por sí mismos.)
* Un carro de cartón. Dele una caja de cartón grande para empujar en el cuarto. Quizás quiera subir a su peluche a la caja y darle un paseo. Si la caja no es demasiado alta, lo más probable es que descubrirá a su niño adentro de ella.

Las actividades basadas en el movimiento ayudan a los niños a desarrollar mejor control de sus músculos mayores. También les ayudan a aprender nuevas palabras y conceptos importantes como las direcciones: *arriba, abajo, adentro, afuera, sobre, detrás, al lado de y debajo.*

- ⭐ Baloncesto. Siéntese como a tres pies del niño y ponga la canasta de la lavandería sobre sus piernas. Pídale que tire la pelota en la canasta.
- ⭐ Una carpa bajo la mesa. Cubra una mesa con una sábana suficientemente grande para alcanzar el piso por los cuatro lados. Esta carpita es un lugar ideal para jugar, especialmente si está lloviendo.
- ⭐ Cascabeles. Cosa cascabeles sobre una tira de elástico que le quede en los tobillos del niño. Entonces observe (y escuche) qué sucede cuando el niño se mueve o da de brincos.

Al realizar una actividad, hable, dialogue con su niño sobre lo que los dos están haciendo.

Yo también soy músico

La música es una forma de comunicación que todos los niños comprenden. No es necesario que ellos puedan seguir la letra de una canción; los hace felices sólo con escuchar el calor de su voz o la emoción de una grabación o bailando con un ritmo alegre.

Qué necesita

- ⭐ Música
- ⭐ Matracas (sonajas, latas llenas de frijoles o botones, rollos de papel sanitario vacíos, ollas, recipientes de plástico)

Qué hacer

- Permita que el niño use una cuchara de madera para tamborear con las ollas o recipientes de plástico, o que sacuda una sonaja o un recipiente bien tapado, lleno de frijoles o botones; o que trompetee con los rollos de papel vacíos.
- Cante o tóquele grabaciones de cantos infantiles. Anímelo a participar activamente. Aunque no se sepa la letra de la canción, él puede imitar sus movimientos, aplaudir o tararear con usted.
- Cuando el niño tenga mejor coordinación física, anímelo a moverse con al ritmo de la música. Puede dar vueltas, saltar, mecerse o caminar de puntillas siguiendo el ritmo.
- Busque grabaciones de varios tipos de música. Ayude a que el niño aprenda a seguir el ritmo con palmaditas, a moverse con música lenta y rápida y a escuchar cuidadosamente buscando sonidos especiales en la música.

Estas son algunas sugerencias para ayudar a su niño a cantar:

—Cante usted. Cante despacio para que el niño lo pueda seguir. Desanímelo cuando canta a gritos.

—Comience tarareando una melodía sencilla, como "Los pollitos dicen, pío, pío, pío" y diga, "la, la-la-la, la-la." Agregue las palabras más tarde.

—Incorpore la música naturalmente a su rutina diaria. Deje que su niño lo escuche cantar mientras hace su quehacer o cante con el radio o la televisión o siga la música de sus grabaciones en CD. Pídale que cante con usted.

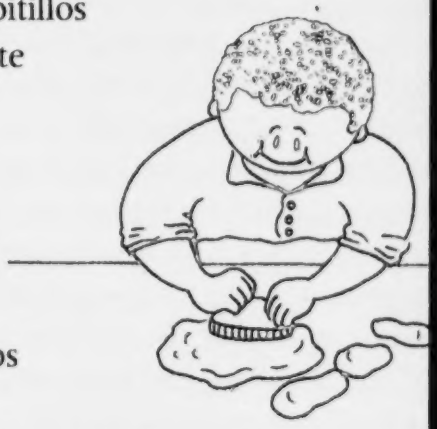
Introduzca la música a la vida del niño tan pronto como sea posible. La música y la danza le ayudan a escuchar, a coordinar los movimientos de sus manos y su cuerpo, y a expresarse creativamente.

Juegos con masa

A los niños pequeños les encanta jugar con masa o con plastilina. ¡Y por qué no! Los niños pueden moldearla y hacer formas fascinantes con ella. Al hacer su masa los niños aprenden cómo medir ingredientes y aprenden nuevas palabras.

Qué necesita

- ✯ 2 tazas de harina
- ✯ 1 taza de sal
- ✯ 4 cucharaditas de crémor tártaro
- ✯ 2 tazas de agua
- ✯ 2 cucharadas grandes de aceite
- ✯ Colorantes
- ✯ Extractos de almendras, o vainilla, limón o menta
- ✯ Un sartén
- ✯ Objetos para pegar a la masa, como palitos de paleta o pitillos
- ✯ Objetos para aporrear la masa, como un mazo de juguete
- ✯ Objetos para hacer impresiones, como las tapas de los frascos, moldes de galletitas o tapas de botella



Qué hacer

- ✯ Para hacer la masa:
  - —Mezcle los colorantes con el agua. Mezcle todos los ingredientes en un sartén.
  - —Disuélvalos a fuego medio, revolviendo la mezcla hasta formar una bolita suave.
  - —Déjela enfriar. Amásela un poco. Divida la masa en varios pedazos y agrégueles gotas de un extracto a cada una para crear distintos olores.

Cocinar con usted—siguiendo los pasos de una receta—es la manera perfecta para que su niño empiece a aprender cómo seguir instrucciones y cómo contar y medir. También les enseña cómo cambian las cosas.

- Hable con su niño sobre lo que están haciendo. Deje que el niño le ayude a medir y agregar los ingredientes.
- Permita que el niño amase la mezcla un poco cuando todavía no haya perdido todo su calor y después cuando se haya enfriado para enseñarle sobre la temperatura.
- Dele un poco de masa para que juegue con ella, le pegue palitos o haga impresiones con ella haciendo animales, casitas o figuras.

¡Léeme un cuento!

La manera más importante de desarrollar el conocimiento que los niños necesitan para aprender a leer exitosamente es leyéndoles en voz alta frecuentemente—comenzando cuando son bebés.

Qué necesita

- Libros de cartulina gruesa, libros "predecibles" y libros que nombran conceptos (como los colores, números, figuras)
- Un diccionario infantil (preferiblemente de fuerte construcción)
- Papel, lápices, crayones y marcadores

Qué hacer

* Desde su nacimiento, haga la lectura en voz alta con su niño una parte de su rutina diaria. Escoja un momento tranquilo, como justo antes de ir a la cama. Esto le dará una oportunidad de descansar un poco entre el tiempo de jugar y el tiempo de dormir. Si es posible, lea con él sobre su regazo o en sus brazos para que se sienta cómodo y seguro. A medida que vaya creciendo, quizás necesite moverse un poco mientras alguien le lee. Si se cansa o se pone inquieto, pare de leer. Mantenga la hora de la lectura en voz alta como un momento de tranquilidad y comodidad para que su niño la espere con anticipación.

* Trate de leer con su niño todos los días. Al principio lea sólo unos cuantos minutos a la vez, varias veces al día. Al ir creciendo, su niño le hará saber si quiere que usted le lea por más tiempo. No se desanime si algún día no puede leer con él o si no siempre es posible mantener la misma rutina. Simplemente regrese a la rutina tan pronto como sea posible. Ante todo, asegúrese que la lectura siga siendo divertida para ambos.

* Dele al bebé un libro de cartón grueso para que lo vea, lo toque y lo aguante. Permita que voltee las páginas, mire por los agujeros o levante las "ventanitas." Al crecer un poco, ponga sus libros en repisas o en una canasta que el niño pueda alcanzar. Aliéntelo a explorar sus libros y hablar sobre lo que ve. Quizás le hable sobre los dibujos o "finja" leerle a usted un libro que ha escuchado varias veces.

* Si el niño tiene 2 o 3 años, use su tiempo de lectura para enseñarle sobre los libros y la escritura. Mientras le lee, deténgase de vez en cuando y señale las letras y las palabras; luego señale los dibujos que las palabras representan. Su niño comenzará a entender que las letras forman palabras y que las palabras nombran los dibujos. También empezará a entender que cada letra tiene su propio sonido—una de las cosas más importantes que su niño debe saber al aprender a leer.
* Mientras leen juntos, hable con el niño. Anímelo a preguntar cosas y hablar sobre la historia que están leyendo. Pregúntele qué cree que va a suceder en el cuento. Señale las cosas en los libros que pueda relacionar con su propia vida: "Mira el dibujo del pingüino. ¿Te acuerdas cuando vimos el pingüino en el zoológico?"
* Lean los libros favoritos repetidamente. Su niño quizás le pida que le lea sus libros favoritos una y otra vez. Y aunque usted se canse de leer los mismos libros, tenga por seguro que el niño los sigue disfrutando y sigue aprendiendo al escucharlos repetidamente.

> Cuando la lectura forma parte de la vida familiar, usted le comunica al niño que los libros son importantes, agradables y llenos de cosas que aprender.

* Lean libros "predecibles." Estos libros son aquellos con palabras o acciones que se repiten varias veces. Estos libros ayudan a que los niños anticipen lo que va a suceder en la historia. Al leer, aliente al niño a escuchar y repetir con usted las palabras y frases que se repiten en la historia, como los colores, los números, las letras, animales, objetos y actividades diarias. Su niño aprenderá estas palabras o frases repetidas y se divertirá diciéndolas con usted cada vez que aparecen en la historia. Muy pronto las dirá antes que usted se lo pida.

* Demuestre entusiasmo al leer. Lea con expresión. Haga la lectura más interesante al leer con distintas voces para los personajes de la historia, agregando efectos de sonido y usando gestos y muecas.
* Compre un diccionario infantil. Si es posible, compre uno con ilustraciones al lado del texto. Entonces formen el hábito de "buscar en el diccionario."
* Tenga a la mano material para escribir como crayones, lápices y papel.
* Visiten la biblioteca a menudo. Establezcan la tradición de visitar la biblioteca cada semana desde que el niño es muy pequeño. Consiga una tarjeta de biblioteca para el niño tan pronto como sea posible. Muchas bibliotecas ofrecen tarjetas a los niños tan pronto como ellos aprenden a escribir su nombre (claro que usted también tendrá que firmar por su niño).

Los libros que usted escoja leer con su niño son muy importantes. Si usted no está seguro cuáles libros son los más adecuados para su niño, consulte con el personal de su biblioteca local para ayudarle a escoger los mejores libros.

* Demuéstrele que usted también lee. Cuando lleve al niño a la biblioteca, busque un libro para usted también. Ponga un buen ejemplo al permitir que su niño lo vea leyendo. Invítelo a traer uno de sus libros y sentarse con usted mientras usted lee su propio libro, una revista o el periódico. No se preocupe si se siente un poco incómodo al leer. El hecho de que usted también lee es lo importante. Cuando su niño ve que la lectura es importante para usted, lo más probable es que decida que la lectura es importante para él también.
* Si no se siente cómodo al leer, busque programas de apoyo para adultos en la comunidad. Su bibliotecaria le puede ayudar a localizar programas para mejorar su lectura. Sus amigos o familiares también le pueden leer a su niño y hay voluntarios en muchas comunidades que también pueden ayudar.

Edad preescolar
De 3 a 5 años de edad

Qué puede anticipar

Entre el tercer y cuarto cumpleaños, los niños

- Comienzan a jugar con otros niños, no solo al lado de ellos;
- Son más capaces de tomar turnos y compartir y comienzan a comprender que las otras personas tienen sentimientos y derechos;
- Son cada vez más independientes y se pueden vestir casi sin ayuda;
- Pueden desarrollar temores ("Mami, hay un monstruo debajo de mi cama.") y pueden tener amiguitos imaginarios;
- Tienen más control de sus músculos mayores y les encanta correr, saltar, brincar con dos pies, agarrar una pelota, subir y bajar escaleras y bailar cuando oyen música;
- Tienen mayor control de sus músculos menores que los niños más pequeños, lo cual se ve claramente en sus dibujos y garabatos;
- Pueden clasificar las cosas que se parecen o no se parecen;
- Pueden reconocer los números;

- Les gusta el humor ridículo, las adivinanzas y las bromas;
- Entienden y pueden seguir instrucciones verbales;
- Pueden utilizar nuevas palabras y formar oraciones más largas;
- Son conscientes de los sonidos que riman en las palabras;
- Pueden intentar leer, tratando de llamar la atención y demostrando orgullo por sus logros;
- Pueden reconocer la escritura que les rodea en letreros o logotipos;

- ☆ Saben que cada letra del abecedario tiene un nombre y pueden identificar por los menos 10 letras del abecedario, en particular las que forman parte de su nombre; y
- ☆ "Escriben" o garabatean mensajes.

Entre el cuarto y quinto cumpleaños, los niños

- ☆ Son muy activos, están llenos de energía y a veces pueden ser agresivos al jugar;
- ☆ Disfrutan más de actividades en grupos, pues pueden mantener su nivel de interés por períodos más largos;
- ☆ Disfrutan haciendo gestos y muecas y comportándose ridículamente;
- ☆ Pueden formar grupitos entre sus amigos y cambian sus amigos rápidamente;
- ☆ Tienen mejor control al correr, brincar y saltar;
- ☆ Reconocen y pueden escribir los números del 1 al 10;
- ☆ Reconocen diferentes figuras como círculos, cuadrados, rectángulos y triángulos;
- ☆ Les encanta hacer rimas, hacer juegos de palabras y contar chistes;
- ☆ Conocen y pueden usar palabras que son importantes para el trabajo escolar, tales como los nombres de los colores, figuras y números; conocen y saben usar palabras que son importantes para la vida diaria, tales como los nombres de las calles y direcciones;
- ☆ Conocen cómo se sostiene un libro al leer y pueden seguir la escritura de izquierda a derecha y de arriba a abajo al escuchar que alguien les lee en voz alta;
- ☆ Reconocen las figuras y los nombres de las letras del abecedario y conocen los sonidos de algunas letras; y
- ☆ Pueden escribir algunas letras, en particular las letras que forman parte de su nombre.

★

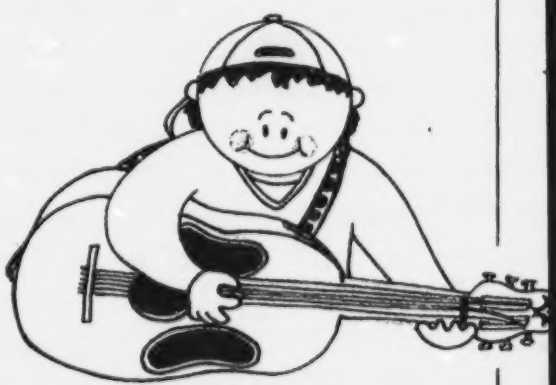
41

Qué necesitan los niños en esta edad

Los niños entre los 3 y 4 años de edad necesitan oportunidades para

- ✯ Jugar con otros niños para que puedan aprender a escuchar, tomar turnos y compartir;
- ✯ Desarrollar mayor coordinación física, por ejemplo, saltando con ambos pies;
- ✯ Desarrollar sus habilidades de lenguaje más a través de libros, juegos, cantos, ciencias, matemáticas y actividades artísticas;

- ✯ Desarrollar más destrezas de autonomía, por ejemplo, aprendiendo a vestirse o desvestirse solos;
- ✯ Contar y medir;
- ✯ Participar activamente con los adultos en la lectura en voz alta;
- ✯ Explorar el abecedario y la escritura; y
- ✯ Intentar escribir mensajes.



Los niños entre los 4 y 5 años de edad necesitan oportunidades para

- ✯ Experimentar y descubrir, con límites;
- ✯ Desarrollar su propio interés en materias académicas como las ciencias, la música, el arte y las matemáticas;
- ✯ Disfrutar actividades basadas en la exploración y la investigación;
- ✯ Agrupar objetos que sean similares (ya sea por tamaño, color o figura);
- ✯ Utilizar la imaginación y la curiosidad;
- ✯ Desarrollar las destrezas del lenguaje al hablar y escuchar; y
- ✯ Ver que la lectura y la escritura son agradables y útiles (por ejemplo, al escuchar cuentos y poesías, los niños ven a los adultos utilizando los libros para encontrar información y al dictarle historias a los adultos).

Cómo relacionarse bien con otros

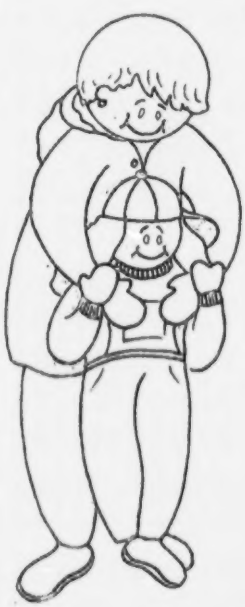
El aprender a relacionarse bien con otras personas es muy importante para el desarrollo social de los niños.

Qué necesita

No necesita materiales

Qué hacer

- Dele mucha atención personal y ánimo a su niño. Aparte el tiempo necesario para que usted y su niño puedan compartir actividades agradables. Sus sentimientos positivos hacia su niño le ayudarán a sentirse bien sobre sí mismo.



- Ponga un buen ejemplo. Demuéstrele lo que significa relacionarse bien con otras personas y a tratarlas con respeto. Que le oiga decir "por favor" y "gracias" cuando habla con las personas. Trate a las personas de manera que demuestre que le importa lo que les sucede.
- Ayúde a su niño a encontrar buenas formas de resolver sus conflictos con otros niños. Ayúdele a anticipar qué sucedería si demuestra su enojo y golpea a su compañero: "Juanito, yo sé que Angélica se llevó tu carrito sin pedir permiso. Pero si tu le pegas y se pelean, entonces ella se va a ir a su casa y ustedes no van a poder jugar más hoy. ¿De qué otra manera le puedes hacer entender que quieres que te devuelva tu carrito?"
- Ofrezca oportunidades para que su niño comparta y demuestre compasión. Póngalo a cargo de alimentar a los pajaritos en su patio. Cuando llegue una familia nueva al vecindario, horneen galletitas juntos para darles la bienvenida.

Aprender a trabajar juntos y a relacionarse con otras personas contribuye mucho al éxito de los niños en la escuela.

- Sea afectuoso con su niño. Los niños necesitan muchos abrazos, besos, una mano sobre el hombro y palmaditas en la espalda.
- Dígale constantemente que lo quiere mucho. No dé por sentado que sus acciones afectuosas hablan por sí mismas (aunque son muy importantes).

Los quehaceres domésticos

Todas las tareas del hogar se pueden convertir en un buen juego educativo y pueden ser muy divertidas.

Qué necesita

- Los quehaceres domésticos que se tienen que realizar, tales como:
  - —Lavar la ropa
  - —Lavar y secar los platos
  - —Sacar la basura
  - —Poner la mesa
  - —Quitarle el polvo a los muebles

Qué hacer

- Hable con su niño sobre el quehacer que van a comenzar juntos. Explique por qué la familia necesita que esto se haga. Describa cómo lo harán y cómo el niño le puede ayudar.

- ⭑ Enséñele nuevas palabras que se relacionan con cada tarea: "Primero vamos a poner el mantel en la mesa, y luego siguen las servilletas."
- ⭑ Lavar la ropa les ofrece muchas oportunidades para aprender. Pregúntele cuántas prendas se tienen que lavar. A ver cuantas puede nombrar: medias, camisetas, pijama, suéteres, camisas. Pídale que le ayude a juntar toda la ropa sucia y luego dividan la ropa según sus colores—blancos, claros y oscuros.
- ⭑ Demuéstrele cómo medir el jabón y pídale que le ponga jabón a la lavadora. Deje que ponga la ropa en la lavadora, nombrando cada prenda. Aparte una media. Cuando la lavadora esté llena de agua, saque la otra media del par. Pregúntele al niño cuál media se siente más pesada y cuál más ligera. Al acabar de lavar la ropa, pídale al niño que aparte su propia ropa y agrupe las cosas que son similares (por ejemplo, las camisetas, las medias).

Los quehaceres domésticos pueden ayudar a que los niños aprendan nuevas palabras, cómo escuchar y seguir instrucciones, cómo contar y cómo clasificar las cosas. Los deberes de la casa también les ayudan a mejorar su coordinación física y les enseñan a ser responsables.

45

Garabatos, dibujos, pinturas y pegamento

Los niños pequeños son artistas naturales y los proyectos de arte pueden despertar las imaginaciones y alentar la expresión de los niños. Hacer garabatos también los prepara para expresar sus ideas con la escritura.

Qué necesita

- ☆ Crayones, marcadores de agua con punta de fieltro
- ☆ Diferentes tipos de papel (incluyendo cartulina y papel grueso)
- ☆ Cinta adhesiva
- ☆ Pinturas para niños
- ☆ Tijeras para niños (sin puntas filosas)
- ☆ Retazos de tela u otros objetos que se pueden pegar al papel (cuerda, bolitas de algodón, palitos, hilaza)

Qué hacer

- ☆ Dele varios tipos de papel y materiales para escribir y hacer garabatos. No necesitan libros para colorear. Es bueno comenzar con crayones de cera. Los marcadores de agua son divertidos para el niño porque no hay que hacer demasiada presión para obtener un color brillante. Cubra la mesa con papel "de carnicero" para que su niño se dé gusto pintando a sus anchas.
- ☆ Ponga periódicos o plástico sobre la mesa o el piso y péguele un pedazo de cartulina o papel grueso. Póngale un delantal al niño para que se divierta con las pinturas sin mancharse.
- ☆ Dele retazos u otros objetos como hilaza, cuerda o bolitas de algodón para pegarle a sus dibujos (en cualquier patrón). Déjelo tocar las diferentes texturas y pídale que le hable sobre lo que siente.

Estas son algunas sugerencias para introducir al niño al arte:

—No le diga qué debe dibujar o pintar.

—No le "arregle" sus dibujos. El niño va a tener que practicar bastante antes de que usted pueda reconocer lo que ha dibujado. Pero dele rienda suelta a su creatividad. Invítelo a hablar con usted sobre lo que está creando y que identifique cada objeto en su dibujo.

—Dele muchos materiales distintos con qué trabajar. Demuéstrele cómo trabajar con materiales nuevos.

—Busque una actividad artística que esté al nivel adecuado para su niño y déjelo que haga la mayor parte del proyecto, tanto como sea posible.

—Exhiba los trabajos de arte del niño en su casa. Señáleselos a las visitas que llegan a la casa cuando su niño los pueda escuchar elogiando su trabajo.

Los proyectos artísticos ayudan a los niños a desarrollar la coordinación entre los ojos y las manos, que les será muy útil cuando aprendan a escribir.

★

47

Letras por todos lados

Compartir el abecedario con los niños les ayuda a comenzar a aprender los nombres de las letras, a reconocer sus figuras y a relacionar las letras con los sonidos del idioma hablado.

Qué necesita

- ✯ Un libro sobre el abecedario
- ✯ Bloques con letras
- ✯ Imanes en forma de letras
- ✯ Papel, lápices, crayones y marcadores
- ✯ Pegamento
- ✯ Tijeras para niños

Qué hacer

- ✯ Con su niño al lado, escriba las letras de su nombre en un papel y diga cada letra al escribirla. Haga un letrero con su nombre para su cuarto o algún otro lugar especial. Pídale que decore su letrero.
- ✯ Enséñele cantitos sobre el abecedario y jueguen juegos de palabras que usan el abecedario. Algunos libros sobre el abecedario contienen cantos y juegos que se pueden aprender juntos.
- ✯ Busque videos educativos, DVDs, CDs y programas de televisión como "Between the Lions" (Entre los Leones), "Blue's Clues" (Las Pistas de Blue) y Plaza Sésamo que ofrecen actividades para que los niños se aprendan el abecedario. Vean estos programas juntos y rimen y canten juntos con el programa.

Los niños que conocen bien los nombres y las figuras de las letras del abecedario cuando entran a la escuela generalmente se les hace más fácil aprender a leer.

* Ponga imanes en forma de letras sobre su refrigerador o en alguna otra superficie metálica que no sea peligrosa. Pida que el niño nombre las letras mientras juega con ellas y que diga las palabras que está intentando deletrear.
* No importa donde se encuentre con su niño, señale las letras individuales en letreros, carteleras, volantes, recipientes, libros y revistas. Cuando cumpla 3 o 4 años, pida que busque y nombre algunas letras.
* Anime a su niño a deletrear y escribir su nombre. Al principio su niño quizás sólo use algunas letras de su nombre. Por ejemplo, Emiliano, al que su familia lo conoce como EMI, sólo usa la letra *M* cuando "escribe" su nombre.
* Haga una fila larga con los bloques de madera y pida que su niño diga el nombre de cada letra. Ayúdelo a usar los bloques para deletrear su nombre.
* Dele una página de una revista vieja. Marque un círculo alrededor de una letra en la página y pídale que busque dónde más puede encontrar la misma letra.

¡A rimar!

Las rimas ayudan a los niños a prestar atención a los sonidos de las palabras, lo cual es un paso importante al comenzar a leer.

Qué necesita

* Libros con rimas, juegos de palabras o cantitos infantiles

Qué hacer

- Jueguen con rimas o cantos que riman. Muchos cantos y juegos infantiles incluyen actividades como aplaudir, hacer que reboten pelotas o pasarse las pelotas.
- Lea rimas infantiles con su niño. Al leer, deténgase un momento antes de leer la palabra que rima y pídale al niño que diga la palabra que sigue. Cuando lo haga bien, felicítelo.
- Preste atención a las rimas en las canciones que conoce en el radio, la televisión o en reuniones familiares. Cante las canciones con su niño.
- Cuando estén en casa, señale varios objetos y diga sus nombres en voz alta, por ejemplo, *mesa*. Pida que su niño diga cuantas palabras pueda que rimen con el nombre. Otras palabras que son fáciles de rimar son *carro, gato, rana*. Deje que su niño rime con palabras sin sentido que no existen pero que riman bien, tales como: *gato—pato, rato, garabato, sato*.
- Diga tres palabras, tales como *gato, pato y pollo* y pida que si niño identifique cuáles palabras suenan igual, o sea que riman.
- Si su niño tiene un nombre que es fácil de rimar, pida que busque palabras que riman con su nombre: *Ana—lana, sana, rana*.
- Si tienen acceso a una computadora, anime a su niño a usarla para jugar juegos en rima.

Las rimas son una extensión de las destrezas del lenguaje de los niños. Al escuchar y decir rimas, junto con palabras y frases repetidas, su niño aprende sobre los sonidos del lenguaje y sobre las palabras. Las rimas emocionan a los niños al intentar adivinar lo que sigue, lo cual aumenta la diversión y la aventura de leer.

BEST COPY AVAILABLE

Dime el sonido

Escuchar y decir los distintos sonidos de las palabras enseña a los niños que las palabras se componen de sonidos, lo cual les ayuda a relacionar los sonidos de una letra con su forma escrita. Esto resulta en una mejor preparación para la lectura.

Qué necesita

- ✯ Una revista vieja
- ✯ Un libro de rimas infantiles o juegos de palabras

Qué hacer

- ✯ Diga cuatro palabras que comienzan con el mismo sonido, como *barco, bola, balde y bello.* Pídale al niño que identifique cual es el primer sonido de cada palabra, /b/*.
- ✯ Diga cuatro palabras como, *carro, perro, pastel y pollo.* Pídale que identifique la palabra que comienza con un sonido diferente.
- ✯ Diga cuatro palabras como, *balón, pelón, melón y turrón.* Pídale que le diga cual es el último sonido de cada palabra, /n/.
- ✯ Dele una revista vieja. Siéntese con el niño y señale objetos en las ilustraciones. Pídale que diga los sonidos con los cuales comienzan los nombres de los objetos. Cambie el juego diciendo un sonido y pidiendo que el niño halle un objeto que comience con ese sonido.
- ✯ Diviértanse jugando con trabalenguas como "Pablito clavó un clavito en la calva de un calvito," u otras rimas sin sentido como "Tres Tristes Tigres," u otras rimas modernas como las rimas del Dr. Seuss.

BEST COPY AVAILABLE

* **Nota:** Una letra señalada así, /b/, denota el sonido que la letra representa y no el nombre de la letra. O sea, "b," no "bé."

Al ayudar a su niño a prestar atención a los sonidos de las palabras, usted le puede prevenir problemas de lectura más adelante.

* Al leer un cuento o una poesía, pida que el niño escuche y repita las palabras que comienzan con el mismo sonido. Luego pídale que piense un poco y diga otra palabra que comienza con el mismo sonido.
* Ayúdelo a inventarse frases ridículas con muchas palabras que comienzan con el mismo sonido, como "Pati pateó el palito de la paleta."

Junta los sonidos con las letras

Aunque los niños pueden aprender a relacionar la mayoría de las palabras con los sonidos que representan, prepárese para darles bastante ayuda.

Qué necesita

* Papel
* Bolsa de papel

Qué hacer

* Diga algunos sonidos de las letras, como /p/, /c/ y /t/ y pida que su niño escriba la letra que va con el sonido.
* Al leerle a su niño, señale las letras que comienzan con la misma letra que su nombre: *María* y *mañana, Lisa* y *limón, Sofía* y *sol.* Pídale que busque otras palabras que comienzan con el mismo sonido.
* Escriba letras sobre un papel y póngalas adentro de la bolsa de papel. Pida que su niño saque un pedazo de papel de la bolsa y diga el nombre de la letra y el sonido que representa. Entonces pídale que diga una palabra que comienza con ese sonido.

Al relacionar sonidos con letras su niño aprende que las letras que ve en las palabras escritas representan los sonidos que dice al hablar. Este es un paso importante para comenzar a leer con éxito.

* Siéntese a jugar "Veo, Veo, Veo" con su niño. Busque algo en el cuarto y diga, "Veo, veo, veo," el niño contesta, "¿qué ves?" "Una cosita," y el niño dice, "¿con qué letrecita?" "Con la letrecita, /m/. ¿Qué es?" Si quiere le puede dar pistas como, "Es roja, dulce y se come" (*manzana*). O "Se pone sobre la mesa antes de sacar los platos" (*mantel*).

Mi libro

A muchos niños en edad preescolar les gusta muchísimo hablar y tienen mucho que decir. Aunque la mayoría todavía no puede escribir palabras sin ayuda, les encanta dictar cuentos para que otros los escriban.

Qué necesita

* Papel
* Perforadora
* Tijeras para niños
* Lápiz, pluma y crayones
* Hilaza, alambres, grapadora
* Pegamento

Qué hacer

* Haga un librito con cinco o seis páginas. Su niño puede ayudarle a hacerle los agujeros a la orilla del papel e hilar la hilaza para juntar las hojas. También pueden armar el libro con alambre o lo pueden grapar.

* En la primera página del libro escriba el nombre de su niño. Explíquele que este libro se tratará sobre él.
* Hable con el niño sobre lo que va a dibujar en cada hoja. Mientras él habla, escriba en la hoja lo que dice. Estos son algunos ejemplos:
  —Otros miembros de mi familia
  —Mis juguetes favoritos
  —Mis libros favoritos
  —Mis amigos
  —Mi mascota
  —Mi vecindario
  —Mi casa (o mi cuarto)

Hacer este libro le ayudará a su niño a desarrollar destrezas del lenguaje escrito y verbal y le dará mayor dexteridad.

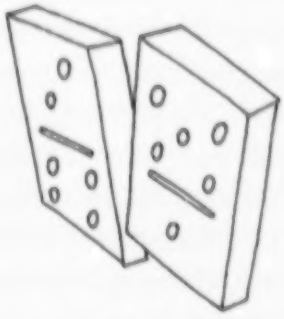
* Anime al niño a leerle su libro a otros miembros de la familia o a las visitas.

Matemáticas en acción

Las matemáticas activas que tienen que ver con contar, medir y usar palabras sobre los números son una buena forma de presentar las matemáticas a su niño en edad preescolar.

Qué necesita

* Bloques
* Dados o dominós



Qué hacer

* Hable sobre los números y use conceptos numéricos en su rutina diaria con el niño. Por ejemplo:
  —"Vamos a dividir la masa en dos partes para poder hacer galletitas ahora y guardar el resto en el congelador para hornear galletitas la próxima semana."

BEST COPY AVAILABLE

—"Vamos a colgar este cuadro seis pulgadas más alto que el librero de tu cuarto. Vamos a usar esta regla para medir."

—"¿Cuántos platos necesitamos en la mesa? Vamos a contar: Uno para Mamá, otro para Papá y otro para Julieta. ¿Cuántos platos son en total? ¡Tres! ¡Muy bien!"

☆ Hable sobre los números más importantes para su niño: su edad, su dirección, su teléfono, su altura y su peso. Al enfocarse en estos números personales usted le ayuda a aprender conceptos matemáticos muy importantes como:

—El tiempo (horas, días, meses, años; más viejo, más joven; ayer, hoy, mañana). A un niño pequeño le puede decir, "A las 2 nos vamos a tomar una siesta". Cuando hace planes con un niño en edad preescolar, le puede señalar, "Ya solo faltan tres días para ir a visitar a la abuelita. Vamos a marcar el día con una X en el calendario para que nos acordemos en qué día nos vamos de viaje."

—Longitud (pulgadas, pies; más largo, más alto, más bajito): "Esta cinta está demasiado corta para el regalo de la Tía Susana. Vamos a cortar una cinta más larga."

—Peso (onzas, libras, gramos; más pesado, más ligero; cómo utilizar las pesas); "Ya pesas 30 libras. Casi no puedo levantar a un niño tan grande."

Los libros para leer y contar en voz alta o libros que contienen conceptos numéricos pueden apoyar el aprendizaje de las matemáticas.

—Dónde viven (direcciones, teléfonos); "Estos números en la puerta de nuestro departamento son el 2-1-4. Vivimos en el departamento número 214." O: "Cuando vas a jugar a la casa de Teresita, llévate esta notita. Es nuestro número de teléfono: 253-6711. Algún día te aprenderás el teléfono para que me puedas llamar cuando estés en la casa de tu amiguita."

* Dele oportunidades para aprender las matemáticas mientras juega. Por ejemplo:

—Jugar con bloques le puede enseñar a clasificar objetos por color o por figura. Los bloques también le ayudan a aprender sobre dimensión, lo ancho, la altura y lo largo.

—Jugar juegos donde tienen que llevar la cuenta de la puntuación, como tirar una pelota adentro de una canasta, le ayuda a contar. Enséñele a jugar con dados o dominós. Pídale que tire los dados y cuente los puntitos. Deje que tire los dados y trate de buscar pares.

—Contar sus juguetes favoritos.

¿Listos para el kindergarten?

Las actividades en este folleto le ayudarán a preparar a su niño para el kindergarten. A medida que el primer día de escuela se acerca, quizás quiera hacer algunas cosas más para asegurar que su niño está firmemente encaminado hacia el éxito escolar.

1. Investigue si la escuela de su niño tiene una fecha de inscripción fija. Algunas escuelas tienen cupo limitado para los niños. No espere hasta el último momento para informarse sobre los reglamentos y prácticas de la escuela.

2. Aprenda tanto como sea posible sobre la escuela a la que ingresará su niño antes que comience el curso escolar. Las escuelas, inclusive dentro del mismo distrito escolar pueden variar bastante entre sí. No se fíe de la información sobre el kindergarten que le han dado otros padres. Su escuela puede tener otros requisitos y expectativas. Las cosas que querrá investigar son las siguientes:
   - ✯ El nombre de la directora;
   - ✯ El nombre de la maestra de su niño;
   - ✯ Las planillas que le van a pedir que llene;
   - ✯ Las vacunas que exigen que los niños tengan antes de entrar a la escuela;
   - ✯ Una descripción del programa académico para el kindergaten;
   - ✯ El calendario escolar y el horario diario de los alumnos;
   - ✯ Procedimientos para el transporte hacia y desde la escuela;
   - ✯ Servicios de alimentación; y
   - ✯ Cómo puede participar en la educación de su niño y en la escuela.

Algunas escuelas mandan esta información a los hogares por correo. Además, muchas escuelas tienen talleres de orientación durante la primavera para que los padres sepan qué anticipar en el otoño. Si su escuela no tiene una reunión como esta en su calendario, llame a la oficina de la directora y pida la información necesaria y arregle una cita para hacer una visita.

★

BEST COPY AVAILABLE

3. Investigue de antemano lo que la escuela espera de los alumnos nuevos. Si usted conoce bien las expectativas de la escuela un año o dos por adélantado, tendrá más oportunidades para prepararlo bien. A veces los padres y los guardianes no están de acuerdo con las expectativas de la escuela para sus niños. Por ejemplo, quizás opinen que la escuela no cuenta con distintos métodos para enseñar a los niños de varias maneras según su estilo de aprendizaje y desarrollo, o quizás no sienten que su programa académico es suficientemente riguroso. Si usted no está de acuerdo con las expectativas de la escuela para su niño, quizás sea buena idea pedir una reunión con la directora o con la maestra para dialogar sobre las expectativas que la escuela y usted tienen.

4. Visite la escuela con su niño. Recorran la escuela y enséñele dónde se encuentran los diferentes salones—su salón de clase, la biblioteca, el gimnasio y la cafetería. Permita que su niño observe a los alumnos en sus salones de clase.

5. Hable con su niño sobre la escuela. Durante su visita, haga comentarios positivos sobre la escuela. Una buena actitud es contagiosa. ("Mira todos los niños y las niñas pintando en su salón. Se ve muy divertido, ¿no crees?") Cuando regresen a casa, demuestre entusiasmo por el gran paso que su niño está a punto de dar. Recuérdele que comenzar la escuela es un evento muy especial.

BEST COPY AVAILABLE

Hable con su niño sobre las maestras que tendrá y cómo le van a ayudar a aprender cosas nuevas. Anime a su niño a que considere a las maestras como amigas sabias a quienes debe escuchar y demostrarles respeto. Explíquele lo importante que es ir a la escuela todos los días. Explíquele lo importante y emocionante que va a ser aprender cosas nuevas, tales como lectura, escritura, matemáticas, ciencias, arte y música.

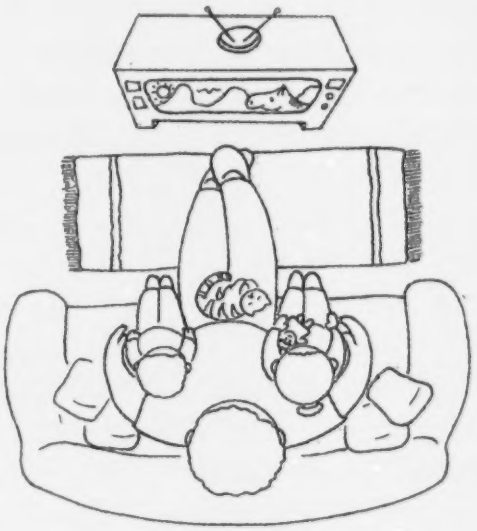
6. Considere ofrecerse como voluntario para ayudar en la escuela. La maestra de su niño apreciaría la ayuda de otro adulto para distribuir papel y lápices o para supervisar el patio de recreo. Ser voluntario es una forma muy útil de aprender más sobre la escuela y conocer a su personal, así como conocer y relacionarse con otros padres.

Cuando llegue el día esperado y sea hora de ir a la escuela, acompañe a su niño, pero no se quede demasiado tiempo. Y tenga paciencia. Muchos niños pequeños se sienten abrumados al principio porque no han tenido mucha experiencia con situaciones nuevas. Quizás no disfruten de la escuela al principio. Su niño quizás llore o se cuelgue de sus piernas al decirle adiós todas las mañanas, pero con su apoyo y el de su maestra, esto puede cambiar rápidamente.

Cuando su niño salga de casa para enfrentar su primer día en el kindergarten, dígale lo orgulloso que usted se siente de él.

Cómo tomar el control de su televisor ★

Al llegar al kindergarten los niños en los Estados Unidos ya han visto aproximadamente 4,000 horas de televisión. La mayoría de los expertos en el desarrollo infantil están de acuerdo que esto es excesivo. Pero prohibir la televisión tampoco es la respuesta correcta. Los buenos programas de televisión pueden despertar la curiosidad de los niños y abrirles nuevos mundos. Es mejor que los padres o los guardianes mantengan el control sobre cuánto tiempo los niños se pasan frente al televisor y qué programas ven.



Estas son algunas sugerencias para seleccionar programas para su niño:

- ⋆ Reflexione sobre la edad de su niño y seleccione cuidadosamente aquellas cosas que usted desea que vea, que aprenda y que imite.
- ⋆ Busque programas que
  - —tengan alguna lección que enseñar
  - —sean interesantes para el niño
  - —lo animen a escuchar y hacer preguntas
  - —le ayuden a aprender más palabras
  - —le hagan sentirse bien sobre su aprendizaje
  - —le presenten nuevas ideas y nuevas experiencias

- ⋆ Mantenga un control sobre cuántas horas de televisión su niño ve cada semana y qué programas ve. Algunos expertos recomiendan que los niños no deben ver la televisión más de dos horas por día. Sin embargo, usted debe decidir cuántos y cuáles programas va a permitirle.

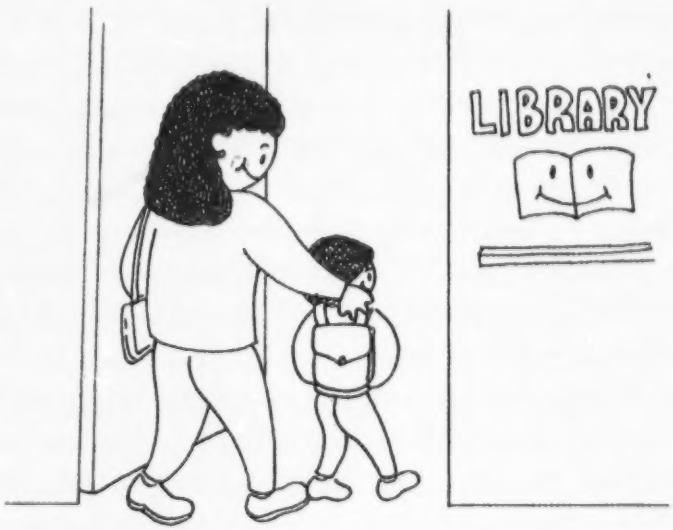
BEST COPY AVAILABLE

Los suscriptores a la programación por cable y los contribuyentes a las estaciones de televisión públicas reciben guías de programación don de pueden encontrar buena información sobre programas especialmente para niños.

* Aprenda más sobre los programas infantiles que hay en la televisión, en videos o DVDs y ayude a su niño a hacer sus selecciones. "Plaza Sésamo," "El Vecindario del Sr. Rogers," "Blue's Clues," "Between the Lions," "Reading Rainbow," "Barney & Friends," "Zoom" y "Zoboomafoo," son algunos de los programas en inglés disponibles en las estaciones de televisión públicas y en los canales de cable como el Canal Disney y Nickelodeon. Algunos de estos programas ofrecen transmisión simultánea en español.
* Si tiene una videograbadora o un tocador de discos DVD, quizás prefiera buscar versiones en video de cuentos clásicos para niños como las historias de Babar y la serie de *Children's Circle*, "Stories for the Very Young" (Historias para los niños muy pequeños) y "More Stories for the Very Young" (Más historias para los niños muy pequeños). Para los niños muy pequeños, la serie "Baby Einstein" es muy buena.
* La revista *Parents' Choice*, una reseña trimestral de programas infantiles, incluyendo programas en la televisión y en video, puede serle útil para escoger títulos apropiados para su niño. (Para mayor información, vea el sitio Web: http://www.parents-choice.org/; o por correo: Parents' Choice Foundation, Suite 303, 201 West Padonia Road, Timonium, MD 21093.) También puede encontrar buena información sobre los programas para niños en las revistas y periódicos. Los suscriptores a la programación por cable y los contribuyentes a las estaciones de televisión públicas reciben guías de programación donde pueden encontrar buena información sobre programas especialmente para niños.

61

- Después de seleccionar los programas que son apropiados para su niño, permita que él decida qué programas quiere ver. Prenda el televisor al comienzo del programa y apáguelo cuando se acabe.
- Vea televisión con su niño cuando pueda para que pueda responder a sus preguntas y hablar sobre lo que han visto. Preste atención a la manera como responde al programa para que le pueda ayudar a entender lo que está viendo.
- Después de ver un programa de televisión, jueguen o hagan otras actividades. Pídale al niño que le diga una palabra nueva que se aprendió durante el programa. Juntos, busquen la palabra en el diccionario y hablen sobre su significado. O pídale que haga su propia historia basada en uno de sus personajes favoritos que ve en la televisión.
- Incluya a toda la familia en la discusión y las actividades relacionadas con los programas de televisión.
- Vayan a la biblioteca y exploren libros sobre los mismos temas que han visto en el programa. O ayúdele a dibujar o recortar revistas para hacer un libro basado en el programa que más le interesa.
- Asegúrese de nunca utilizar el televisor como niñera. Más bien, balancee la buena televisión con otras actividades agradables y educativas para su niño.

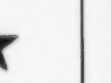


Cómo escoger una buena guardería

Escoger buenos servicios de guardería para su bebé o niño es sumamente importante para su seguridad y bienestar. También es muy importante puesto que estas experiencias tempranas afectan la preparación de su niño para la escuela. Estas son algunas sugerencias para ayudarle a escoger una buena guardería.

- Piense sobre qué tipo de cuidado es el mejor para su niño. Algunas posibilidades pueden incluir (a) un pariente; (b) una niñera, generalmente alguien que cuida un grupo pequeño de niños en su propia casa; (c) un centro infantil, que generalmente ofrece un programa educativo y un personal con preparación especializada en el desarrollo infantil; y (d) una niñera que cuida a sus niños a domicilio.
- Decida qué tipo de servicio cabe dentro de su presupuesto familiar. Para las familias de bajos ingresos, hay programas federales tales como Head Start a su disposición. (Para obtener más información sobre el programa Head Start, busque su sitio Web: http://www.acr.dhhs.gov/programs/hsb/.) También hay programas patrocinados por los estados. Puede encontrar más información en su biblioteca local donde le podrán dar las direcciones y los teléfonos para localizar estos programas. Además, muchas familias obtienen créditos federales sobre sus impuestos y algunas empresas ofrecen servicio de guardería gratis o a bajo costo.

BEST COPY AVAILABLE



* Infórmese con las agencias locales para encontrar proveedores certificados. Muchas comunidades cuentan con agencias que pueden identificar y recomendar los programas que sean más adecuados para usted. De nuevo, se puede informar en su biblioteca local para localizar las direcciones y teléfonos de estas agencias.
* Busque servicios de antemano. Especialmente si tiene un programa especial en mente. Algunos programas tienen largas listas de espera.
* Busque información. No importa si está buscando una niñera o un centro infantil, es igualmente importante revisar las referencias y entrevistar a las personas cuidadosamente. Antes de reunirse con la persona, haga una lista de preguntas. Si está considerando un centro infantil, visite cada uno de los que les sean convenientes, y más de una vez. No se fíe de los buenos reportes de otras personas. Los centros que funcionan bien para algunos padres quizás no sean los mejores para usted. Y como con cualquier otro medio para obtener cuidado para sus niños, revise las referencias con muchísimo cuidado.

Los centros que funcionan bien para algunos padres quizás no sean los mejores para usted. Y como con cualquier otro medio para obtener cuidado para sus niños, revise las referencias con muchísimo cuidado.

No importa qué tipo de cuidado está buscando, busque proveedores que:

* Sean agradables y respondan a usted. Los buenos proveedores disfrutan rodearse de los niños, tienen mucha energía, mucha paciencia y poseen la madurez para manejar bien las crisis y los conflictos.

- ✯ Tienen experiencia trabajando con los niños pequeños y les gusta trabajar con esa edad. Investigue cuánto tiempo han trabajado con niños pequeños, por qué han escogido esta carrera y si ofrecen actividades que son apropiadas para la edad de su niño. Observe cómo manejan a otros niños. ¿Se ven felices los niños? ¿Cómo responden los cuidadores a ellos?
- ✯ Reconocen las necesidades individuales de cada niño. Busque personas que demuestran consideración hacia los distintos intereses y necesidades de los niños y quienes le puedan ofrecer la atención que su niño necesita.
- ✯ Tienen una filosofía similar a la suya sobre los niños. Investigue qué tipo de disciplina usan en el centro y cómo enfrentan los problemas cuando estos surgen.

Asegúrese de la limpieza y la seguridad de los centros o las casas. Revise que tengan el equipo y los materiales que permitan que su niño explore y aprenda, incluyendo bastantes libros y varias áreas donde puedan realizar distintas actividades.

BEST COPY AVAILABLE

Bibliografía

Armbruster, Bonnie B., Lehr, Fran and Osborn, Jean. (2001). *Put Reading First: The Research Building Blocks for Teaching Children to Read. Kindergarten Through Grade 3.* Washington, DC: National Institute for Literacy (disponible en su sitio en la Red www.nifl.gov).

Dickinson, David K. and Tabors, Patton O. (2001). *Beginning Literacy with Language: Young Children Learning at Home and School.* Baltimore, MD: Paul H. Brookes Publishing Co.

Dittman, L. L. (2000). *Finding the Best Care for Your Infant or Toddler* (panfleto). Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.

Gopnik, Alison, Meltzoff andrew N. and Kuhl, Patricia K. (2000). *The Scientist in the Crib: What Early Learning Tells Us about the Mind.* New York: Harper Perennial.

Hannigan, Irene. (1998). *Off to School: A Parent's-Eye View of the Kindergarten Year.* Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.

Karnes, Merle B. (1984). *You and Your Small Wonder: Activities for Parents and Toddlers on the Go.* Circle Pines, MN: American Guidance Service.

Levin, Diane. (1998). *Remote Control Childhood? Combating the Hazards of Media Culture.* Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.

Miller, Karen. (1985). *More Things to Do With Toddlers and Twos and Ages and Stages.* Chelsea, MA: Telshare Publishing Co.

BEST COPY AVAILABLE

National Association for the Education of Young Children. (1999). *Ready to Go: What Parents Should Know about School Readiness.* Washington, DC.

Neuman, Susan B., Copple, Carol and Bredekamp, Sue. (2000). *Learning to Read and Write: Developmentally Appropriate Practices for Young Children.* Washington, DC: National Association for the Education of Young Children.

Rich, Dorothy. (1988). *Megaskills: How Families Help Children Succeed in School & Beyond.* Boston: Houghton Mifflin.

Sears, William. (1989). *Your Baby: The First Twelve Months.* Hauppauge, NY: Barron's Educational Series.

Trelease, Jim. (2001). *The Read-Aloud Handbook.* New York: Penguin.

Las actividades en este folleto fueron adaptadas de las siguientes fuentes:

Honig, Alice S. (1982). *Playtime Learning Games for Young Children.* Syracuse, NY: Syracuse University Press.

Karnes, Merle B. (1984). *You and Your Small Wonder: Activities for Parents and Toddlers on the Go.* Circle Pines, MN: American Guidance Service.

Krueger, Caryl Waller. (1999). *1001 Things to Do With Your Kids.* New York: Galahad Books.

Miller, Karen. (1985). *More Things to Do With Toddlers and Twos.* Chelsea, MA: Telshare Publishing Co.

BEST COPY AVAILABLE

Simon, Sarina. (1996). *101 Amusing Ways to Develop Your Child's Thinking Skills and Creativity.* New York: Lowell House.

Texas Center for Reading and Language Arts. (2001). *Activities to Implement the Prekindergarten Curriculum Guidelines.* Austin.

Texas Reading Initiative. (1998). *Beginning Reading Instruction: Practical Ideas for Parents.* Austin: Texas Education Agency.

Warner, Sally. (1991). *Encouraging the Artist in Your Child.* New York: St. Martin's Press.

Reconocimientos

Esta publicación fue escrita originalmente por Nancy Paulu, con revisiones a la edición actual por Fran Lehr y Jean Osborn. Las ilustraciones fueron hechas por Adjoa Burrowes y Joseph Matos.

Este folleto ha sido posible gracias a la ayuda de muchas personas y organizaciones, incluyendo a Reid Lyon del Instituto Nacional Sobre la Salud Infantil y Desarrollo Humano, quienes han redactado su contenido, han provisto materiales y sugerencias, y han contribuido generosamente basado en su experiencia. Adicionalmente, extendemos nuestro agradecimiento a Todd May y Menahem Herman de la Oficina de Asuntos Intergubernamentales e Interagencia por su ayuda en administrar el desarrollo, la producción y diseño de este folleto.

BEST COPY AVAILABLE

Lista de control para alistarse para la escuela ★

La siguiente lista de control, aunque no está absolutamente completa, puede servirle de guía al preparar a su niño para la escuela. Es bueno considerar los elementos de la lista como metas que alcanzar. Deben ser logradas, tanto como sea posible, mediante rutinas diarias o actividades que ha planeado con su niño. Y si su niño avanza un poco lento en algunas áreas, no se preocupe demasiado. Recuerde que los niños se desarrollan a diferentes pasos.

Salud y bienestar físico

Mi niño:

___ Se alimenta con una dieta balanceada
___ Obtiene suficientes horas de descanso
___ Recibe atención médica y dental regular
___ Tiene todas su vacunas
___ Corre, salta y juega al aire libre y realiza otras actividades para desarrollar sus músculos mayores y para hacer ejercicio.
___ Trabaja con rompecabezas, hace garabatos, colorea, pinta y realiza otras actividades que le ayudarán con su dexteridad y coordinación.

Preparación social y emocional

Mi niño:

___ Está aprendiendo a explorar e intentar cosas nuevas
___ Está aprendiendo a trabajar bien solo y hacer muchas cosas por sí mismo
___ Tiene muchas oportunidades para estar con otros niños y está aprendiendo a cooperar con ellos
___ Es curioso y está motivado para aprender
___ Está aprendiendo a terminar sus quehaceres
___ Está aprendiendo el autocontrol
___ Puede seguir instrucciones sencillas
___ Ayuda con los quehaceres de la casa

BEST COPY AVAILABLE

Lenguaje y conocimiento general

Mi niño:

___ Tiene muchas oportunidades para hablar y escuchar
___ Recibe una lectura en voz alta todos los días
___ Tiene acceso a libros y otros materiales de lectura
___ Está aprendiendo sobre la escritura y los libros
___ Tiene límites impuestos por un adulto sobre los programas televisión que ve
___ Es alentado a hacer preguntas
___ Es alentado a resolver problemas
___ Tiene oportunidades para fijarse en las semejanzas y las diferencias
___ Es alentado a clasificar las cosas
___ Está aprendiendo a escribir su nombre y dirección
___ Está aprendiendo a contar y a jugar con números
___ Está aprendiendo a identificar y nombrar las figuras y los colores
___ Tiene oportunidades para dibujar, escuchar la música y para bailar
___ Tiene oportunidades para tener experiencias directas con las cosas del mundo—ver y tocar objetos, escuchar nuevos sonidos, oler y probar nuevas comidas y observar cómo el movimiento de las cosas

Que ningún niño se quede atrás

El 8 de enero del 2002, el Presidente George W. Bush aprobó la ley educativa de 2001 *Que ningún niño se quede atrás* (NCLB, sus siglas en inglés). Esta nueva ley representa su plan de reforma educativa y contiene los cambios de mayor impacto al Acta de Educación Primaria y Secundaria desde que ésta entró en vigencia en 1965. La nueva ley cambia el papel del gobierno federal en la educación al pedir que las escuelas en los Estados Unidos describan su éxito a base de lo que cada estudiante logre. La Ley contiene los cuatro principios básicos de la reforma educativa del Presidente:

- Mayor responsabilidad local por los resultados.
- Control y flexibilidad locales.
- Mayores opciones para los padres.
- Un énfasis en las técnicas de enseñanza efectivas y comprobadas.

En resumen, esta ley—en asociación con los padres, las comunidades, los administradores y maestros de las escuelas—busca asegurar que todo niño en los Estados Unidos reciba una educación excelente y que ningún niño se quede atrás.

Para obtener mayor información sobre la ley *Que ningún niño se quede atrás,* visite el sitio Web, marcando http://www.nochildleftbehind.gov o llame gratis al 1-800-USA-LEARN.

BEST COPY AVAILABLE

Departamento de Educación de los Estados Unidos
Oficina de Asuntos Intergubernamentales e Interagencia

400 Maryland Avenue, SW • Washington D.C. 20202

U.S. Department of Education
Office of Educational Research and Improvement (OERI)
National Library of Education (NLE)
Educational Resources Information Center (ERIC)

NOTICE

Reproduction Basis

	This document is covered by a signed "Reproduction Release (Blanket)" form (on file within the ERIC system), encompassing all or classes of documents from its source organization and, therefore, does not require a "Specific Document" Release form.
X	This document is Federally-funded, or carries its own permission to reproduce, or is otherwise in the public domain and, therefore, may be reproduced by ERIC without a signed Reproduction Release form (either "Specific Document" or "Blanket").